Cartas a una jove psicóloga

Ignacio Solar

Serie circular

ALFAGUARA

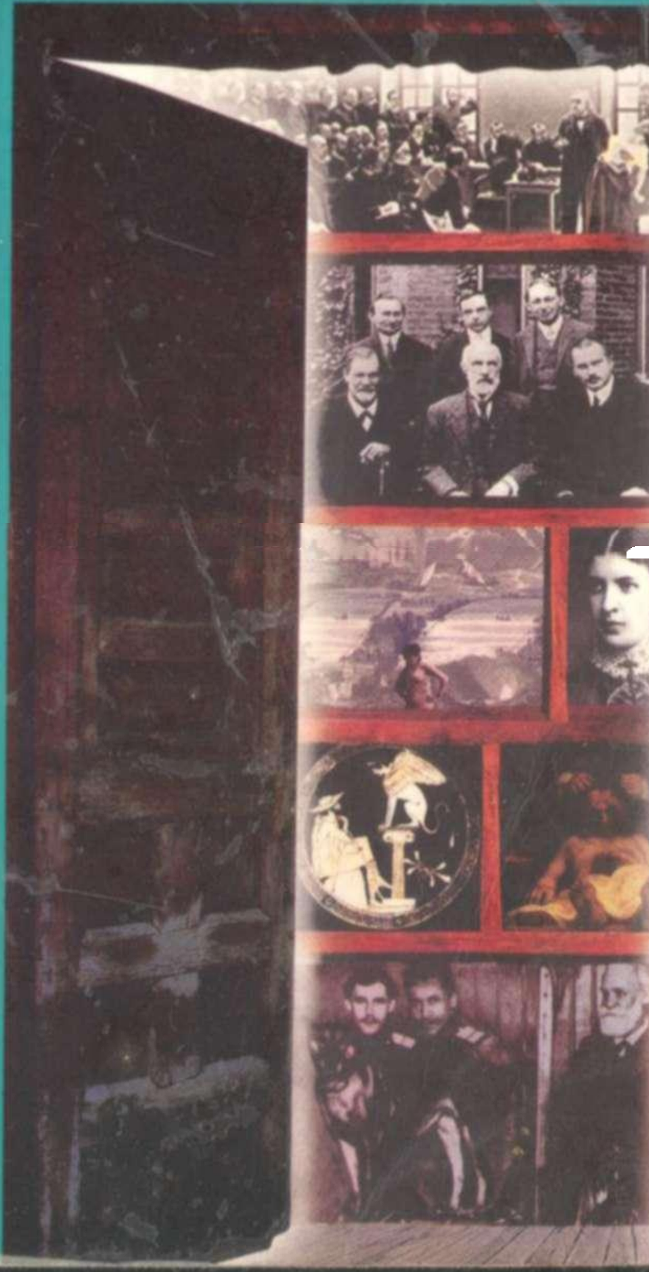


Ilustración de portada:

De arriba hacia abajo:

Charcot hipnotiza a una mujer histérica. Grabado de Brovillet.

Freud y Jung con los primeros psicoanalistas norteamericanos, afuera de la Universidad de Clark. De pie: Abraham A. Brill, Ernest Jones y Sandor Ferenczi. Sentados: Freud, Stanley Hill y Cari G. Jung.

Detalle del cuadro *Sin título,* de Peter Blake, 1997. A la derecha: Martha Bernays, esposa de S. Freud.

Edipo y la esfinge. Grabado en una vasija griega, perteneciente a la colección de antigüedades de Freud. A la derecha: detalle del cuadro *La lección de anatomía del Doctor Joan Deyman,* de Rembrandt.

Fotografía de Pavlov con uno de sus perros.

Ignacio Solares

Cartas a una joven psicologa

ALFAGUARA

Serie circular

CARTAS A UNA JOVEN PSICOLOGA

ALFAGIJ'RA

De esta edición:

Av. Universidad 767, Col. del Valle
México, 03100, D.F. Teléfono 5688 8966
www.alfaguara.com.mx

- Distribuidora y Editora Aguilar, Altea, Taurus, Alfaguara, S.A.
Calle 80 Núm. 10-23, Santafé de Bogotá, Colombia.
- Santillana S.A.
Torrelaguna 60-28043, Madrid, España.
- Santillana S.A.
Av. San Felipe 731, Lima, Perú.
- Editorial Santillana S. A.
Av. Rómulo Gallegos, Edif. Zulia 1er. piso
Boleita Nte., 1071, Caracas, Venezuela.
- Editorial Santillana Inc.
P.O. Box 19-5462 Hato Rey, 00919, San Juan, Puerto Rico.
- Santillana Publishing Company Inc.
2105 NW 86th Avenue, 33122, Miami, Fl., E.U.A.
- Ediciones Santillana S.A. (ROU)
Constitución 1889, 11800, Montevideo, Uruguay.
- Aguilar, Altea, Taurus, Alfaguara, S.A.
Beazley 3860, 1437, Buenos Aires, Argentina.
- Aguilar Chilena de Ediciones Ltda.
Dr. Aníbal Ariztía 1444, Providencia, Santiago de Chile.
- Santillana de Costa Rica, S.A.
La Uraca, 100 mts. Oeste de Migración y Extranjería, San José, Costa Rica.

Primera edición: abril de 2000

Quinta reimpresión: septiembre de 2004

ISBN: 968-19-0705-1

Impreso en México

ìndice

Hay que emparentar a la medicina
con la filosofía, pues el médico filósofo
es el igual de los dioses.

HIPÓCRATES

Este libro fue escrito con el apoyo del Sistema Nacional de Creadores de Arte (FONCA)

Carta I

La flor que afecta una estrella

Querida Maty:

Me entusiasma que quieras estudiar psicología —después de la literatura, es mi disciplina predilecta—, aunque debo prevenirte contra posibles frustraciones. Y es que, mira: a más de dos mil años de la muerte de Sócrates y su famoso consejo: "conócete a ti mismo", todavía no sabemos bien a bien qué estudia la psicología.

Nuestra mente tiene aún vastas regiones sin mapas que las identifiquen. En relación con la fauna que ahí habita no somos zoólogos profesionales, qué va, sino meros aficionados y coleccionistas de ejemplares curiosos. ¿Qué le vamos a hacer, Maty? Los psicólogos están más cerca del osado *boy-scout* que del científico riguroso, que todo lo quiere comprobado en laboratorio para darle validez. Buenas razones hay para que así sea.

Si, decíamos, no existe en la topografía humana paisaje menos explorado que el de la mente, entonces casi todo lo referente a ella está por decirse; mejor dicho, por pensarse y discutirse. Y es lo que hacemos, discutir cada vez que sacamos a colación el tema, sentirnos todos psicólogos con derecho a opinar. Si un médico habla sobre el corazón y la circulación de la sangre, lo oímos con modestia y

curiosidad. Pero si un psicólogo lo hace sobre la sexualidad infantil, no falta el que tuerce la boca y lo interrumpe.

O sea, primer consejo: no andes diciendo por ahí que vas a estudiar psicología: por tu edad y sensibilidad, van a suponer que la que tiene flojo un tornillo eres tú. Segundo consejo: si lees algo sobre psicología, guárdatelo y no lo comentes entre familiares y allegados. Te podrían frustrar —y es lo más peligroso que puede sucederte— los comentarios que provocarías. Mucho menos interpretes el sueño de una amiga: tienes altas probabilidades de ofenderla.

Toma tu distancia: como el astrónomo hace con el sol, es la mejor manera de conocer a la gente.

Y es que, hay que reconocerlo, las definiciones y los rumbos de la psicología son de lo más disímiles y casi nadie se pone de acuerdo en nada.

Que si es el estudio del alma (Aristóteles).

¿Pero cuál alma?, se preguntan los conductistas. ¿Quién la ha visto? (¿Tú has visto el alma de alguien, Maty?) Bien mirado al actuar, el hombre es puros aspavientos, reacciones a estímulos exteriores, reflejos condicionados, se mueve —o saliva— como el hambriento perro de Pavlov cuando le sonaban la campanita antes de llevarle unas ricas croquetas; si queremos curar al hombre hay que descondicionarlo, cambiarle los aspavientos y el sonar de ciertas campanitas peligrosas, punto.

¿O, por el contrario, será que nuestra mente es una especie de gran mar, con apenas unos cuantos islotes y palmos de agua apacible iluminados por el sol —región llamada conciencia— y vastas, turbulentas y oscuras profundidades pobladas por amenazantes monstruos marinos que se la pasan

queriendo subir a la superficie —región llamada inconsciente? (Freud).

Aunque, fíjate, hay quienes niegan la existencia de ese inconsciente (todo el mar, el de la superficie y el de las profundidades, es uno y el mismo) y lo traducen en pura "mala fe" ante nosotros mismos. Como dice el refrán: "no hay peor ciego que el que no quiere ver": un negarnos permanentemente a darnos cuenta de lo que en verdad queremos porque no conviene para nuestros fines últimos y para la imagen que pretendemos de nosotros mismos, bola de hipócritas (el psicoanálisis existencial).

Pero, piénsalo, tal vez lo que predomina en nuestras motivaciones es el instinto de poder (de Poder), de dominio de los demás —"ahora *yo* me los friego para que se les quite"—, de una implacable y continua conquista afectiva y territorial, de autoafirmación en todo y con todos —"mi mujer es mía, mis hijos son míos, mi casa es mía, mi negocio es mío"—, que en realidad tan sólo compensa —oh frustración darse cuenta— un escondido complejo de inferioridad (Adler).

¿O no será de veras que el medio social y político en el que nacemos y crecemos marca con una huella indeleble nuestras acciones y nuestros sueños, nuestras represiones y libertades? Por ejemplo, ya supondrás que no son los mismos los problemas psicológicos que vivieron los jóvenes españoles durante el franquismo, bajo el imperio de la Iglesia Católica, que ahora con el destape y las constantes tentaciones de la pornografía y de la droga. Medio social que, al fin de cuentas, determina nuestras tendencias hacia la vida y hacia la muerte, hacia la salud o hacia la neurosis (Fromm).

¿O deberemos apuntar más alto y encontrar la clave del hombre y sus triunfos y caídas en el llamado inconsciente colectivo, una especie de gran sueño universal —divino— del que todos participamos? (Jung).

Todo esto además de que entre los psicólogos, los psicoanalistas y los psiquiatras —ramas del mismo árbol— siempre andan a la greña, hazte a la idea. Recientemente, el director del hospital psiquiátrico más importante de la ciudad de México me decía que buena parte de su clientela procedía de la terapia psicoanalítica, de la que casi nadie sale indemne. Con un mohín de burla, me recordaba aquella crítica tan acerba que se le hacía al psicoanálisis desde sus inicios: que es la enfermedad que pretende curarse a sí misma. Por su parte, ya lo has de saber, los psiquiatras quieren curar todo con ansiolíticos y *electroshocks*, lo que tampoco es solución.

Uf, qué lío, ¿no te parece? Pero espera, Maty, no te desanimes, verás que, a pesar de su falta de definición y rumbo, es muy divertido estudiar psicología y, sobre todo, ponerla en práctica. Ser los otros mentalmente. Es la estrategia del padre Brown, de Chesterton, un detective que resolvía sus casos *volviéndose* el asesino al que perseguía.

> —Vea usted —dijo el padre Brown al inspector Chace—, fui yo quien mató a todas esas personas.
> —¡Cómo! —gritó el inspector poniéndose de pie de un brinco.
> —Yo mismo había planeado cada uno de los asesinatos cuidadosamente —prosiguió el padre Brown—. Me había imaginado con todos los detalles y pormenores cómo se podía cometer semejante barbaridad y en qué estado mental tenía yo que estar para hacerlo. Y cuando estuve completamente seguro de que el asesino había sentido lo que yo, entonces, naturalmente, sabía quién era él.

Así que, simplemente, se trata de que el psicólogo *sea* su paciente. Quizás entonces logre encontrar el sistema terapéutico específico que requiere, llámese como se llame. Por lo pronto, al actuar en forma tan desprendida y humana, será el psicólogo el primero en sentirse feliz y realizado. De ahí esta carta, en respuesta a tu perentoria petición:

> —Ponme por escrito por qué te divierte la psicología, a ver.

Vaya solicitud de tu parte. Cuenta también el mencionado Chesterton —tan sabio en nuestro tema— que en una ocasión un amigo le preguntó en la calle si todavía creía en Dios, con lo cual lo obligó a ponerse a escribir un libro de doscientas páginas apenas llegó a su casa.

La respuesta puede abrirse como un abanico y, por eso mismo, no hay que perder de vista tu petición inicial. En efecto, la amenidad me parece la cualidad más alta que puede pedirse a cualquier disciplina o a cualquier estudio de lo humano. Si algo nos puede curar por encima (o por debajo) de las doctrinas, de los conceptos y de las escuelas, es el sentido del humor en su más simple acepción cotidiana: hacerlo todo más fácil y grato, sonreír a Dios y al diablo, a la vida y a la muerte. Cuidado

con soltar una sonora carcajada: puede ser un síntoma histérico y te mete de nuevo al laberinto.

A propósito, déjame contarte uno de los casos psicológicos más curiosos de que me he enterado a últimas fechas. Resulta que Norman Cousin, un periodista muy famoso del *Saturday Review*, cayó un buen día enfermo de anquilosamiento múltiple, una enfermedad en verdad complicada que lo tenía paralizado y al borde de la muerte, con una posibilidad entre quinientas de curarse. Cousin no se resignó y decidió, con la ayuda de su psicoanalista, encontrar en sí mismo la fuerza curativa. Huyó de su demandante familia y se instaló en un pequeño y tranquilo hotel, sin más diversión que una televisión, una videocasetera y un altero de películas... del Gordo y el Flaco. Veía películas del Gordo y el Flaco día y noche. Descubrió las virtudes terapéuticas de la risa, terminó por curarse y escribió un libro que se convirtió en un *best-seller*. Te sorprenderá, pero ya hay escuelas de psicología que no se andan con cuentos y centran su terapia en la pura risa; además de un movimiento religioso llamado La Risa Santa, con sede en Toronto, Canadá, que empieza a ganar adeptos en todo el mundo, y que se caracteriza por manifestaciones incontrolables de risa en los cultos de adoración. ¿Cómo ves?

Dentro de esta demanda de lo ameno, y por pura deformación profesional, te ofrezco emparentar a la psicología lo más posible con la literatura, lo que por lo demás siempre han hecho los mejores psicólogos. Casi, lo más valioso de la psicología es lo que tiene de novela. Recuerda que al propio Freud lo propusieron para el Premio Nobel... de Literatura, y bueno, él siempre reconoció que eran los

poetas quienes se le habían adelantado en el descubrimiento del inconsciente. (En su estudio sobre Dostoyevski dice, de entrada: "Por desgracia, el psicoanálisis tiene que rendir las armas ante la creación del poeta".) Pero esto de ninguna manera debería restar valor a sus descubrimientos, al contrario. Al dar carta de ciudadanía al inconsciente y un papel preponderante en el tratamiento terapéutico, Freud puso un punto y aparte en la psicología, al grado de que al hablar de esta ciencia tenemos que decir antes y después de Freud, así como históricamente decimos antes y después de Jesucristo. Por eso quiero intentar un rastreo en los antecedentes de ese inconsciente, lo que nos obliga a también revalorizar disciplinas como la parapsicología y hasta la magia misma.

Fíjate cómo la vertiginosa evolución de la ciencia y la tecnología que hoy vemos —y padecemos— ha implicado sin remedio una lucha frontal contra todo lo que suene a magia. Quedan restos de la batalla como la que libran todavía el médico y el curandero en algunas regiones no muy civilizadas, pero es evidente que el hombre ha renunciado de manera casi total a una concepción mágica del mundo con fines de dominio y conquista de la naturaleza. También nos quedan los horóscopos, el vudú, la revista *Duda*, los ritos esotéricos caribeños, o quemar palmitas cuando truena muy fuerte el cielo, pero la elección entre la bola de cristal y el doctorado en psicología (como el que espero que consigas), entre el pase magnético y la inyección de penicilina cuando estás enferma de la garganta, está definitivamente hecha. ¿O qué dirías a tu mamá si con las anginas en forma de volcán en lugar de

al médico te llevara al curandero para que baile con su maraca a tu alrededor?

Mas he aquí que mientras de siglo en siglo se libraba el combate del mago y el científico, un tercer protagonista llamado poeta continuaba sin oposición alguna una tarea extrañamente análoga a la actividad mágica primitiva. Su diferencia con el mago —cosa que lo salvó de la extinción— era su aparente desinterés y desubicación, el andar siempre "en la luna", el proceder por "amor al arte", por nada, por un puñado de hermosos frutos inofensivos y consoladores: la belleza, la alegría, la conmemoración, la música de las palabras. Como ha dicho Julio Cortázar: "el poeta ha continuado y defendido un sistema análogo al del mago, compartiendo con éste la sospecha de una omnipotencia del pensamiento intuitivo, el *valor sagrado* de una metáfora".

Al ansia de dominio de la realidad —el único y gran objetivo de la ciencia— sucedía por parte del poeta un ejercicio de dudas y preguntas, de invocación y exorcismo de fantasmas, que no trascendía lo puramente espiritual. Y como a primera vista no disputaba al científico la posesión de "la verdad" y era tan poco "práctico", el poeta fue dejado en paz, mirado con indulgencia, y si se le expulsó de la corte del Príncipe (los políticos siempre ven a los poetas por encima del hombro, fíjate) fue a modo de advertencia y demarcación higiénica de territorios. Tú allá en la luna, nosotros aquí en el mundo.

Y de ahí, de la luna, fue de donde Freud bajó al poeta para ponerse a trabajar con él, codo con codo. Sin su afición a la poesía quizá jamás hubiera concebido los fundamentos del psicoanálisis. Con una

grave limitante: Freud consideraba que su tarea terapéutica era una simple prolongación de la tradición positivista —o sea, racionalista y práctica, lo más contrario a la "intuición" del poeta— en la que se había formado como estudiante de medicina. Nadie se rebeló de manera más efectiva que Freud contra las concepciones mecanicistas del hombre que dominaron el pensamiento occidental en el siglo xix; nadie mostró más claramente la estrechez de esas concepciones. Sin embargo, a lo largo de toda su vida su mayor ambición fue ser considerado un científico "serio", en la mejor —y más limitante— tradición del término. Fue un rebelde, pero un rebelde finalmente sumiso. Y como de nuestros imitadores serán nuestros defectos, la psicología actual en general aún padece un racionalismo exacerbado. Pocos territorios tan áridos y aburridos como la mayoría, y más reconocidas, historias de la psicología. Por eso te propongo que agarremos un atajo y veamos a dónde nos conduce. Con toda seguridad será más divertido y vivificante en lo espiritual. Si el inconsciente es el fundamento de la psicología actual, y el camino que encontró Freud para llegar a él fue el hipnotismo, ¿de dónde viene y quién lo descubrió? ¿Por qué se descartó de la terapia y sólo hasta años recientes se le ha vuelto a revalorizar? ¿Y hasta dónde podemos (y debemos) incluir ciertas prácticas religiosas dentro de una concepción más amplia de la psicoterapia? ¿Qué hay con los recientes descubrimientos de la tanatología —disciplina que trabaja con los enfermos en estado terminal— y que han trastocado nuestras ideas tradicionales acerca de la muerte y sus posibles significados? ¿Y serán de ve-

ras preferibles los métodos de relajación natural a la medicación a base de drogas?

Así que entremos en materia. Podrías empezar con una pregunta a la que quizá te ayuden a responder estas cartas: por qué quieres estudiar psicología. Mejor dicho, por qué crees que, tal vez, quieres estudiarla.

¿Cómo y por qué se quiere llegar a ser esto o aquello en la vida? Cada caso es un misterio. La vocación hunde sus raíces en las preguntas fundamentales: ¿De dónde vengo? ¿Qué hago aquí? ¿A dónde voy? Cualquier decisión que tomamos altera nuestras vidas y todo cuanto las rodea. Pero no sólo las grandes decisiones: todo paso que damos abre un sendero. "Nadie puede cortar una flor sin afectar una estrella", dicen los budistas.

¿Será que la vocación es una elección, un movimiento libre de la voluntad individual para decidir su destino? ¿O de alguna manera que nos es difícil comprender, los seres humanos nacemos con un camino previamente señalizado? Cuestión central para la psicología: los difusos márgenes de la libertad. Todos pretendemos ser dueños de nosotros mismos, hasta que no llegue el psicólogo a demostrarnos lo contrario.

¿De dónde surge esa predisposición que nos lleva —o incluso nos obliga— a dedicar nuestras vidas a una actividad determinada, porque sabemos que sólo ejerciéndola nos sentiremos realizados y felices, dando a nuestros semejantes lo mejor que poseemos, sin la angustiosa sensación de desperdiciar nuestras vidas? ¿Y tendrá todo esto que ver con "algo más", en el sentido que dan las religiones al término?

Preguntas que son como la apertura en el ajedrez: te encadenan y condicionan las siguientes jugadas, los ataques y las defensas, la protección o el lanzamiento de tus piezas más valiosas, además de que quizá te arriesgas al jaque mate del pastor sin darte cuenta.

Parafraseando a Bretón en la carta que dedicó a su hija de quince años, sólo puedo desearte que ames *enloquecidamente* la profesión que elijas. Y enloquecidas van estas cartas, de atrás para adelante, que empiezan con Freud y terminan con el descubrimiento de la hipnosis y la irrupción de las drogas en la psicoterapia, ya verás.

Carta II

El descubrimiento del inconsciente

Querida Maty:

Tu comentario a la carta anterior me parece de lo más justo y necesario: "Al grano, al grano, te andas mucho por las ramas". Por una deformación profesional, los escritores creemos que la mejor manera de conocer el árbol es andarse por las ramas, pero la mayor parte de las veces nos perdemos entre ellas, quedamos envarados y no llegamos a ningún sitio. Por eso digo que la mejor literatura es la que está hecha de preguntas más que de respuestas, de intuiciones más que de certezas, de dudas más que de convicciones. Acuérdate que los artistas trabajan más con lo que no saben, pero intuyen (el inconsciente) que con lo que ven y saben (el consciente), de ahí que se adelantaran a Freud en muchos de sus descubrimientos, como él mismo reconoció y ponderó.

Freud no sólo fue un apasionado de la literatura, sino que él mismo era un verdadero virtuoso de la escritura (hasta le dieron el Premio Goethe, también literario). De ella utilizó descripciones, pasajes y nombres para sus casos. Hizo tan famoso a Edipo que un supuesto diccionario, en broma, lo define así: rey griego famoso por su complejo.

Freud lo reconoció sin empacho:

> La influencia en mí de la literatura me obliga a estar dispuesto —y lo estoy gustosamente— a renunciar a toda prioridad en aquellos frecuentes casos en los que el psicoanálisis no hace más que confirmar la visión intuitiva del poeta.

También, los poetas le abrieron el camino hacia el alma infantil:

> El artista se refugia, como el neurótico, en ese mundo fantástico de la infancia, huyendo de una realidad poco satisfactoria; pero, a diferencia del neurótico, sabe hallar el camino de regreso a la realidad. Además, al mostrar el inconsciente en sus obras de arte, consigue un espejo para reflejarnos todos.

El precio que pagó fue alto: en castigo, te decía, lo postularon para el Premio Nobel de Literatura. En consecuencia, los psiquiatras rigurosos —que saben poco de los personajes del teatro griego— le tuercen el gesto y prefieren aplicar *electroshocks* al paciente, en lugar de perder el tiempo averiguando cuánto lo traumó su mamá por no acariciarlo nada, o por acariciarlo demasiado.

El acento en lo infantil es determinante. Al mostrar que en el hombre adulto, supuestamente razonable y formal, sobrevive siempre un niño, Freud proyectó una nueva luz sobre el drama humano. Por eso el origen de toda neurosis se remonta a la infancia y guarda una relación directa con nuestros primeros amores, o desamores. Infancia es destino, dicen los psicoanalistas. Para lograr la convivencia en sociedad, a duras penas aplacamos al monstruito

que todos llevamos dentro, aunque más bien lo mandamos al rincón de los castigos o le colocamos una máscara, con lo cual lo volvemos doblemente monstruito.

Todo hombre se parece a su dolor: al dolor mas antiguo que haya sufrido, el primero que le haya resultado insoportable, del que no quiere saber más nada.

Freud llamó a este juego (truculento) *represión.* Recuerda el refrán, que ya mencionábamos: "no hay peor ciego que el que no quiere ver". Gracias a esa represión, el monstruito desaparece de nuestra vista. El rincón de los castigos en realidad se llama *inconsciente,* por más que en el momento menos sospechado nos obligue a meter el dedo en el ventilador a ver si corta, o nos incite a elegir por novia a una chica que nos prepara un flan tan parecido al que nos hacía mamá.

Cuando Freud estudiaba medicina —finales de la década del 1870—, se creía que las enfermedades mentales tenían un origen puramente físico. "Las enfermedades mentales son enfermedades del cerebro", decía Griesinger, decano de los psiquiatras del siglo xix, con un gran prestigio. Los hombres sanos eran sanos del todo, en un territorio bien demarcado. Allá, lejos, en los manicomios, estaban los locos, con sus problemas *físicos.* En una historia de la psiquiatría de aquel entonces, leemos: "Si se nombraba a un médico director de un hospital para enfermos mentales, el único requisito era que fuese un buen estudioso de la anatomía cerebral". Esto te da una idea del racionalismo exacerbado de los científicos de entonces (y a muchos aún les dura). Su gran sueño, parecía, estaba por

cumplirse: el hombre es el dueño de sí mismo para amar, para organizarse políticamente y para dominar a la naturaleza. Teatrito que les derrumbó Freud con su teoría de los instintos. La frontera entre locura y razón se difuminó. ¿Cuáles locos? ¿Cuáles cuerdos? Por eso él mismo decía que había propinado el tercer golpe mortal a la vanidad humana: el primero fue de Copérnico al demostrar que nuestro planeta no es el centro del universo, sino que está inscrito en una galaxia entre miles de millones de ellas; el segundo, de Darwin, con su teoría de la evolución, que priva al hombre de su papel de rey de la creación y lo convierte en un mero descendiente del mono; y el tercero de Freud, al mostrar que ni siquiera es dueño de sí mismo, ya que las fuerzas del inconsciente gobiernan sus sentimientos y en consecuencia sus actos.

Si alguna vez, como parte indispensable de tu interés en el tema, visitas un manicomio, verás que lo que pierde a ciertos locos es la forma insoportable que para la sociedad asume su conducta exterior. Los tics, las manías, la degradación física, la perturbación oral o motora, facilitan rápidamente la colocación de la etiqueta y la separación profiláctica. Pero apenas te acercas un poco a ellos —escucha nada más algunos de sus argumentos—, quizá descubras que no están tan locos como suponías. O que nosotros no estamos tan cuerdos como queremos creer. Hay algo muy perturbador en esta experiencia, te lo advierto. Ser el mirón al borde del acuario donde el pez te mira medio bizco y hace y deshace soñoliento sus vagas burbujas; o, por el contrario, ser el pez que mira a través del vidrio a la jovencita tan rara que se acerca a observarlo con

ojos desorbitados. Ahí, entonces, es cuando te estremeces toda —tú *eres el* loco y el loco *eres tú*— y afloran de tu lado algunos raros testimonios de la *otra* realidad: quizás apenas una ráfaga lejana, una puerta que se entorna para dejar pasar un hilo de luz: un guiño de amistad, una sonrisa que más bien es una mueca, un dedo tembloroso que te llama —"ven, Maty, ayúdame a entender el mundo y mi locura"—, un gesto que te conmueve y enseguida te empañica, un tic que se parece tanto al de una querida tía tuya. Se levanta un choque de vientos contrarios y una ráfaga de contraste te trae tu supuesta realidad real, la de afuera, la de todos los días, la de los hombres "sanos", la de la televisión y los periódicos, y concluyes con Cortázar, por ejemplo, que la única suerte que tienen ciertos personajes de nuestra política es que... no babean. No pienses en nadie en particular, por más que ya los tengas en mente. Ese pequeño detalle húmedo es la sola razón por la que, quizá, no han sido encerrados. ¿O será mejor pensar que algunos de los personajes que encontraste en el manicomio, apenas los maquilles un poco y les quites los tics, podrían ser excelentes políticos? Hay una novela de Jerzy Kosinski, *El jardinero,* que trata precisamente el tema: un retrasado mental metido a político. Es asombrosa, y de lo más posible, la coherencia y similitud de los dos discursos, apenas diluyes las fronteras.

Encontré la mejor definición de la locura en el propio Julio Cortázar: "La locura es un sueño que se fija". Después, sólo después, una explicación del psicólogo Luis Ravagnan no hizo sino confirmarla:

mapa de nuestro *Jurassic Park* interior; además, lo hizo en plena época victoriana, colmada de prejuicios de toda índole. Ante el lugar común de la supuesta "inocencia infantil", Freud se sacó de la manga una definición —medio exagerada, la verdad— que puso los pelos de punta a sus contemporáneos: dijo que el niño es un "polimorfo perverso", o sea por donde quiera que lo mires, todo niño es un canijo. El Superego se encarga, hasta donde le es posible, de mantenerlo a raya:

—¡Niño cochino, deja de tocarte ahí!
—Eres un puerco, mocoso.
—Escuincle del demonio.
—Lávate las manos.
—Levántate temprano.
—Arrepiéntete de tus pecados.
—¡Estáte en paz, te digo!
—¡Vete de aquí!
—¡Esfúmate de una buena vez!

O aquel grito terrible que una *vez.* escuchó de labios de su padre el joven Franz Kafka, y que dejó una herida siempre abierta en su vida y en su obra:

—No entiendo para qué te tuve.

Pues todos esos gritos se introyeetan, los mandamos al cucarachero y desde ahí se repiten a lo largo de nuestra vida, como ecos punzantes, acusadores. Cada vez que el impulso "malo" revive, por más que sólo sea en forma subterránea, un dedo acusador nos señala:

—¡Culpable!

Culpa que es fuente de toda neurosis. Algo así como la placa en negativo del deseo original. La intuición de un gran poeta, León Bloy, nos lo explica:

> Los goces de este mundo serían los tormentos del infierno, vistos *al revés,* en un espejo (el subrayado es de Bloy).

Reemplaza infierno por neurosis —que deberían ser sinónimos— y entenderás buena parte de los síntomas que aquejan a los pacientes que visitan al terapeuta.

Freud cuenta el caso de una paciente que estaba secretamente enamorada de su cuñado. Cuando murió su hermana, a causa de una larga enfermedad, ella pensó, *sin querer:*

—Ahora él es libre y se puede casar conmigo.

Pero el pensamiento chocaba con su Superego y lo reprimió. Freud escribe:

> La joven enfermó y manifestó serios síntomas histéricos y obsesivos, y cuando vino a mi consulta para ser tratada, resultó que había olvidado la escena junto a la cama de su hermana moribunda. Ese territjfe deseo egoísta que la había llevado a desear la muerte del ser que, ella misma decía, más amaba en el mundo. Después de una ardua labor de asociaciones libres e interpretación de sus sueños, finalmente la recordó. En un estado de insoportable agitación mental reprodujo el

momento patológico ("sí, desee su muerte") y se curó de sus síntomas.

Otro caso famoso, ya que fue de los primeros en la historia del psicoanálisis —que se conoce como el de Ana O. y que Freud atendió en colaboración con su colega, el doctor Breuer—, trata de una paciente joven y guapa que sufría los más graves síntomas de la histeria: parálisis, convulsiones, inhibiciones, obscurecimiento de la conciencia. Freud y Breuer observaron que la joven se sentía aliviada cuando podía hablar de sí misma y de sus emociones. Pero también, que *ella sabía algo sobre sí misma que no hubiese querido saber* y que por consiguiente reprimía. Para dejar camino expedito a ese hecho oculto, empezaron a hipnotizarla. El procedimiento dio resultado: en estado hipnótico, en que el obstáculo represor es abolido, la joven expresó sin rodeos lo que tan obstinadamente había disimulado tanto al médico como a sí misma: su padre sufrió un ataque al corazón en un burdel y su madre y ella, apenas una niña, tuvieron que ir a rescatarlo. En su fantasía infantil se despenaron ciertos deseos sexuales que enseguida debió reprimir. Cada vez que la joven, en estado hipnótico, lograba confesar aquellos apetitos vergonzantes, desaparecía en el acto su substituto: el síntoma histérico. Los trastornos psíquicos son engendrados por un sentimiento "estrangulado", defenismo modo que la fiebre es provocada por cierta inflamación interna. Y así como la fiebre declina tan pronto como la supuración encuentra una salida, así también cesan las violentas manifestaciones de la histeria tan pronto se logra liberar al sentimiento.

después. Freud comprendió que ese proceso purificador —no muy diferente al de la confesión católica, por cierto— era mejor con el paciente despierto, bien despierto, y renunció a la hipnosis. En su lugar, adoptó la asociación libre: soltar sin reservas, y conforme vaya surgiendo, todo lo que se te ocurra sobre un cierto tema, un sueño, una imagen o un recuerdo, sin tener en cuenta lo trivial, impertinente, indiscreto, grosero o repugnante que pueda resultar. La asociación libre difiere de nuestra manera habitual de pensar o de hablar no sólo por su franqueza absoluta, sino por su falta de intención. Hasta cuando hablamos con nuestros amigos más íntimos elegimos las palabras adecuadas, representamos un papel, nos ponemos una máscara. Por el contrario, las palabras de la asociación libre brotan del más secreto surtidor de nuestra mente y traspasan todos los disfraces y las caretas. Wilhelm Stekel, discípulo de Freud, que luego rompió con él como tantos otros, cuenta de un paciente que soñó con una típica bruja trepada en una escoba a la que veía elevarse en el cielo, perder altura y caer aparatosamente en el jardín de su casa. El golpe levantaba una nube de polvo y dejaba a la bruja tendida en el suelo, maltrecha, con su escoba hecha añicos a un lado. Lo invadía una dolorosa compasión y despertaba angustiado. Stekel le preguntó qué se le ocurría al respecto, y el paciente sonrió y a la vez confesó que siempre le parecieron insufribles los cuentos de brujas; no los soportaba cuando oía a su madre contárselos a sus hermanas. ¿Por qué entonces ahora, ya adulto, soñaba él con una bruja?, lo interrogó Stekel, y le pidió que buscara nuevas referencias al sueño. El

paciente chasqueó los dedos y dijo que, casualmente, unas semanas antes había visto con sus hijos una película en que aparecía en forma fugaz una bruja. Se lo contó a su madre —que los visitaba en esos días— y ella le recordó que de niño incluso se tapaba los oídos cuando oía hablar de brujas, y a gritos decía que no las soportaba, que no le hablaran de ellas. También dijo que, le parecía, el jardín donde caía la bruja no era el de su casa actual, sino el de la casa de sus padres y en donde —lo recordó de golpe— en alguna ocasión su madre se rompió un tobillo. Stekel escribe que el paciente palideció en forma súbita, se llevó una mano a la boca y dijo balbuceante: "Dios mío, la bruja es mi propia madre". Ya supondrás, Maty, cuánto significó para el análisis del paciente esa primera relación —con la agresividad que llevaba implícita— de su madre con las brujas, que le repugnaban.

¿Entiendes por qué Freud relacionaba el psicoanálisis con la cirugía y guardaba sus serias dudas respecto del autoanálisis? ¿Has tratado de curarte una herida profunda tú misma?

De pequeños habitamos un mundo que sólo conoce las "gratificaciones inmediatas de necesidades primitivas". Qué definición, ¿no te parece? Como dicen que decía un niño al que preguntaron qué quería: ¿un helado o pasear en coche? La respuesta coincide con la definición de Freud: "El helado dentro del coche". Nuestro *JurassicPark* mental en pleno, pues. Me recuerda aquella novela de William Golding, *El señor de las moscas,* en donde un grupo de niños de elevada extracción social, náufrago en una isla desierta, se organiza para sobrevivir y

termina por imponerse reglas sociales más crueles y rígidas que las concebidas por cualquier adulto, y mira que los adultos somos maestros en la aplicación de la crueldad. Freud llamó Elko_aeste principio imperioso de los instintos. Te lo voy a ilustrar con otra novela.

¿Recuerdas un libro que en la tapa tenía el burdo dibujo de un hombre lobo, que alguna vez te leí, titulado *El extraño caso del doctor Jekyll y míster Hyde,* de Stevenson? Bebiendo un brebaje que él mismo preparaba, el bueno y civilizado doctor Jekyll se transformaba en el abominable míster Hyde, verdadera bestia peluda que actuaba bajo una única ley: "el principio del placer", arrebatado y egoísta. En todo cuanto hacía dejaba su huella; mejor dicho, sus cuatro huellas, ante la consternación del cada vez más deprimido doctor Jekyll (un yo incapaz de controlar a su Ello). ¿Pero qué podía hacer si necesitaba del brebaje en forma creciente y compulsiva? ¿Destruirse junto con el monstruo? Fíjate en el símil: los alcohólicos dicen que al beber "botan el gorila". Sin embargo, para el hombre lobo no había psicoanálisis ni juntas de Alcohólicos Anónimos, ni modo.

Con un agravante, como de verdadera película de terror: ese míster Hyde, el Ello freudiano, no conoce el tiempo. Escribe el propio Freud:

> Comprobamos, con gran sorpresa, la excepción del principio según el cual el espacio y el tiempo son formas necesarias de nuestros actos anímicos. En el Ello no hay nada que corresponda a la representación del tiempo. No hay ningún reconocimiento de un transcurrir temporal. Los impulsos

paciente chasqueó los dedos y dijo que, casualmente, unas semanas antes había visto con sus hijos una película en que aparecía en forma fugaz una bruja. Se lo contó a su madre —que los visitaba en esos días— y ella le recordó que de niño incluso se tapaba los oídos cuando oía hablar de brujas, y a gritos decía que no las soportaba, que no le hablaran de ellas. También dijo que, le parecía, el jardín donde caía la bruja no era el de su casa actual, sino el de la casa de sus padres y en donde —lo recordó de golpe— en alguna ocasión su madre se rompió un tobillo. Stekel escribe que el paciente palideció en forma súbita, se llevó una mano a la boca y dijo balbuceante: "Dios mío, la bruja es mi propia madre". Ya supondrás, Maty, cuánto significó para el análisis del paciente esa primera relación —con la agresividad que llevaba implícita— de su madre con las brujas, que le repugnaban.

¿Entiendes por qué Freud relacionaba el psicoanálisis con la cirugía y guardaba sus serias dudas respecto del autoanálisis? ¿Has tratado de curarte una herida profunda tú misma?

De pequeños habitamos un mundo que sólo conoce las "gratificaciones inmediatas de necesidades primitivas". Qué definición, ¿no te parece? Como dicen que decía un niño al que preguntaron qué quería: ¿un helado o pasear en coche? La respuesta coincide con la definición de Freud: "El helado dentro del coche". Nuestro *JurassicPark* mental en pleno, pues. Me recuerda aquella novela de William Golding, *El señor de las moscas,* en donde un grupo de niños de elevada extracción social, náufrago en una isla desierta, se organiza para sobrevivir y

termina por imponerse reglas sociales más crueles y rígidas que las concebidas por cualquier adulto, y mira que los adultos somos maestros en la aplicación de la crueldad. Freud llamó llllo a este principio imperioso de los instintos. Te lo voy a ilustrar con otra novela.

¿Recuerdas un libro que en la tapa tenía el burdo dibujo de un hombre lobo, que alguna vez te leí, titulado *El extraño caso del doctor Jekyll y míster Hyde,* de Stevenson? Bebiendo un brebaje que él mismo preparaba, el bueno y civilizado doctoi Jekyll se transformaba en el abominable míster Hyde, verdadera bestia peluda que actuaba bajo una única ley: "el principio del placer", arrebatado y egoísta. En todo cuanto hacía dejaba su huella; mejor dicho, sus cuatro huellas, ante la consternación del cada vez más deprimido doctor Jekyll (un yo incapaz de controlar a su Ello). ¿Pero qué podía hacer si necesitaba del brebaje en forma creciente y compulsiva? ¿Destruirse junto con el monstruo? Fíjate en el símil: los alcohólicos dicen que al beber "botan el gorila". Sin embargo, para el hombre lobo no había psicoanálisis ni juntas de Alcohólicos Anónimos, ni modo.

Con un agravante, como de verdadera película de terror: ese míster Hyde, el Ello freudiano, no conoce el tiempo. Escribe el propio Freud:

> Comprobamos, con gran sorpresa, la excepción del principio según el cual el espacio y el tiempo son formas necesarias de nuestros actos anímicos. En el Ello no hay nada que corresponda a la representación del tiempo. No hay ningún reconocimiento de un transcurrir temporal. Los impulsos

instintivos, que la represión ha sumido en el Ello, son virtualmente inmortales y se comportan, al cabo de años y años, como si acabaran de nacer. Sólo llegan a ser reconocidos como pretéritos y despojados de su carga de energía cuando la labor psicoanalítica los vuelve conscientes, en lo cual reposa el efecto terapéutico del tratamiento.

¿Te has descubierto, ya adolescente, pidiendo algo en la misma forma, y en el mismo tono, en que de bebita exigías a tu mamá que corriera a cambiarte el pañal sucio? La culpa es de tu Ello, que no conoce el tiempo ni las normas educativas que te hemos inculcado; por desgracia, la causa no te disculpa ante el mundo de afuera, que más bien abomina del Ello. Freud decía que la sociedad guarda el deseo secreto de poner un policía a cada uno de esos *Ellos*. En las calles de la ciudad de México los encontramos a raudales, y sin la más mínima posibilidad de un policía que los reprima. ¿O son los propios policías la representación de nuestro Ello nacional?

Los sueños nos proporcionan otro claro ejemplo de los procesos primarios con que el Ello se procura placer, o por lo menos disminuye la tensión interior. En su libro *La interpretación de los sueños* —que publicó en 1899, el mismo año en que murió su padre; algo diría Freud de eso y, en efecto, dijo que le parecía muy sintomático que el nacimiento del psicoanálisis coincidiera con la muerte de su progenitor—, en ese libro Freud cuenta cómo él mismo se atiborraba de sal en la cena, no bebía agua y, claro, soñaba que bebía como camello el agua que se había negado en la vigilia, "para impedir que el reposo se perturbara". El sue-

ño montaba su representación y realizaba el deseo guardado, pero sin despertarlo. Haz la prueba y revalorizarás durante un sueño en el desierto del Sahara un simple vaso de agua fresca. Los sueños de realización del deseo sexual son los más frecuentes, por la obvia razón de que los reprimimos con mayor fuerza. Muy especialmente cuando deseamos a personas "prohibidas". Con esos sueños, es mejor no hacer la prueba, ya lo supondrás.

Pero como soñamos bajo el imperio del Ello, también el tiempo se nos esfuma. Así, cuenta Freud del hombre que se soñó en plena Revolución Francesa, peleando contra la monarquía, en el asalto a la Bastilla, prisionero en La Conciergérie, decapitado en la Bastilla misma. En el momento en que la cuchilla de la guillotina cayó sobre su cuello, despertó angustiado y comprobó que uno de los barrotes de la cabecera de la cama —mal atornillado, con toda seguridad— había caído sobre su cuello, lo que debió suceder unos cuantos segundos antes de que despertara. Unos cuantos segundos durante los cuales elaboró toda su farragosa aventura en la Francia revolucionaria.

La literatura ha dado muchas y muy bellas descripciones de nuestro dormir y soñar. Escucha ésta, de Petronio, que es mi predilecta: "El alma, sin el cuerpo, juega". O como dijo Shakespeare: "Estamos hechos de la misma sustancia que nuestros sueños".

Borges, por su parte, dice que los sueños son una obra estética; quizá la expresión estética más

i fecta ? Y se hace estas

> ¿Y si las pesadillas fueran estrictamente sobrenaturales? ¿Y si las pesadillas fueran grietas del infierno? ¿Y si en las pesadillas estuviéramos literalmente en el infierno?

Él sabía de eso porque tenía constantes pesadillas con laberintos y espejos; curiosamente, los temas centrales de su hermosa literatura, que a fin de cuentas apunta más hacia el cielo que hacia el infierno. También Stevenson tomaba de sus sueños los temas de sus narraciones y en lugar de "el novelista" o "el poeta", los nativos de la isla del Pacífico donde vivía le decían "el soñador". Por cierto, Stevenson, que había escrito sobre las transformaciones físicas del hombre normal en hombre lobo —cuánto no dolerá que se te hinchen así la boca y las mejillas y te salga tanto pelo en forma repentina—; él, que había descrito mejor que nadie esa metamorfosis, sufrió un derrame cerebral y un instante antes de morir se llevó las manos a la cara y gritó: "¡Qué le está sucediendo a mi cara!". Quizá porque, dicen, los escritores están condenados a vivir lo que escriben.

Ahora escucha este poema de Góngora:

> El sueño, autor de representaciones,
> en su teatro sobre el viento armado
> sombras suele vestir de bulto bello.

Ése fue el gran descubrimiento de Freud: el sueño es una representación en la que todos los protagonistas ---los buenos y los malos— eres tú misma. Por eso el sueño es una *realización de deseo* que burla la vigilancia del Superego. Cuenta que du-

rante su autoanálisis —ya supondrás que nadie podía psicoanalizar a Freud— fiada le angustiaba tanto como recordar los sueños infantiles en que veía morir, una y otra vez, a su hermanito Julius, quien en efecto murió muy pequeño. Hasta que, en un acto insólito para la mente humana, abrió —entreabrió— una puerta a lo más hondo del sótano. "Soñaba que mi hermano moría... porque de niño yo deseaba que muriera". En el siguiente capítulo hablaremos del trauma que es para los niños el nacimiento de un hermanito: los desplaza de los alectos paternos —en especial los maternos— y, en general, los relega a un segundo término en la vida hogareña. En consecuencia, el Ello exacerba sus demandas. ¿Pero cómo puede uno desear la muerte de un ser querido, de nuestra misma familia? He ahí la gran pregunta que nadie se había atrevido a plantearse. Te aseguro que se necesita valor para enfrentarla por primera vez. Yo siempre pienso con admiración en el primer hombre que se comió una ostra —nada más míralas recién abiertas—, pues creo que fue peor el enfrentamiento de Freud con su Ello. Audacia que se repite, por cierto, cada vez que un paciente aterriza en el diván de un psicoanalista y recuerda sus primeros años.

Pero el psicoanálisis no se reduce a los casos graves. A partir de que diluyó la frontera entre locura y razón, también se ocupa de la vida cotidiana, a la que ilumina de manera insospechada con significados ocultos. Un acceso muy divertido y directo al inconsciente es el de los actos fallidos. A menudo hacemos cosas sin que haya sido nuestra intención hacerlas, olvidamos por ahí objetos que ei realidad queríamos perder, sufrimos accidentes

como propensión al autocastigo o, lo peor, decimos abiertamente lo que no debíamos decir. Por ejemplo, Freud cuenta la historia de una mujer que, a consecuencia de un suceso de lo más penoso —ya verás cuánto— padeció una depresión pasajera que le atendió uno de sus discípulos. No era para menos. Resulta que desde muy joven había padecido del estómago —con toda seguridad era su órgano de choque ante el mundo—, por lo que tenía una molesta propensión a la flatulencia. En una ocasión asistió a una reunión muy formal en la casa del jefe de su marido, donde se sirvió una comida pesada y abundante. Para tomar el café pasaron a la biblioteca y se sentaron en unos sillones de cuero muy próximos entre sí, colocados en forma circular. La mujer empezó a preocuparse al sentir que su estómago la traicionaba con insoportables retortijones. Pasó al baño, pero a su regreso continuó el malestar. Llamó aparte a su marido y le pidió que se marcharan enseguida, no podía más, él sabía de sus malestares, traía el estómago hecho un circo, el asado le había caído como bomba; pero él contestó tajante: sería una descortesía imperdonable en ese preciso momento, acababan de levantarse de la mesa, por lo menos debían esperar a terminarse el café y fumarse los puros. La pobre mujer sudaba frío. Miraba hacia lo alto los perfiles iridiscentes de los candiles para distraerse, pero los chirridos *fie* su vientre eran cada vez más notorios. Abrió su abanicó de plumas e intentó aliviarse con un poco de aire, mientras sonreía ante un comentario de la mujer que tenía al lado. De pronto, incapaz de resistir más, soltó un sonoro pedo. Su reacción inmediata fue mover con mayor fuerza el abanico, con lo cual

sólo consiguió que volara de su mano. Entonces se agachó a buscarlo en el suelo mientras preguntaba en voz alta:

—¿Dónde quedó mi pedo? ¿Dónde quedó mi pedo?

La pobre mujer fue traicionada por su preocupación más profunda. Ya supondrás la cara que pusieron quienes la rodeaban, especialmente su marido. El inconsciente igual es la inspiración de los poetas que nuestra perdición en ciertas circunstancias, aparentemente fútiles, de la vida cotidiana.

Pero no podemos terminar de hablar de Freud sin referirnos al famoso complejo de Edipo. ¿Te parece que lo haga en una próxima carta y mientras tú le echas un vistazo a alguno de los libros que te mencioné? Digo, para que vayamos más juntos en el trayecto.

Carta III

El caso del pequeño Hans

Querida Maty:

Fue en los miedos de un niño de cinco años en donde Freud comprobó el complejo de Edipo (el odio al padre del mismo sexo ante el deseo amoroso por el padre de sexo contrario), al que calificó como la columna de Hércules de su teoría psicológica. Tan trascendente como abrir y mirar por primera vez el interior del cuerpo de un hombre, fue ese estudio de Freud. Hasta ese momento a nadie se le había ocurrido suponer algo tan inaudito como la sexualidad infantil y aún hoy muchos siguen sin concebirla. La información obtenida en el trabajo con pacientes adultos sobre el complejo de Edipo lo obligaron, decía Freud, a la "necesidad científica" de comprobar su teoría en el examen directo de un niño. Y así fue como salió a escena el pobre Hans. No sabemos qué habrá sido de él después, ya adulto, pero habría que calcular el complejo que le quedó por haberse comprobado en él, como conejillo de Indias, la sexualidad infantil. Digo, no es una razón ideal para pasar a la historia de la humanidad.

Te lo voy a contar lo más brevemente posible (el original de Freud tiene más de cien páginas). A los cuatro años d edad, pocos meses después del na-

cimiento de una hermanita, Hans desarrolló un miedo fulminante a salir a la calle. Los psicólogos lo llaman agorafobia: miedo a los espacios abiertos. ¿Pero miedo exactamente a qué? A todo y a nada. Quizás, a una presencia invisible e insoportable que se cierne sobre nosotros fuera de casa. Aunque miedo no es la palabra adecuada, sino angustia. El miedo es ubicable: tiene un objeto que nos amenaza, sea el que sea: una fiera, un asaltante, una enfermedad. La angustia en cambio es difusa, no tiene un rostro del cual huir; en ocasiones, peor, crea la necesidad de huir de todos los rostros. Por eso lo primero que intentan los psicólogos con sus pacientes es transformar la angustia en miedo: encender una pequeña vela en las tinieblas que los rodean y, más o menos, ubicar al monstruo que presienten, aunque nada puedan contra él. Pero si estamos en plena oscuridad, es esa primera vela la que importa: las demás no harán sino completar y complementar el trabajo de iluminación que con ella se inició.

El padre de Hans era psicólogo —estudiaba con Freud— e hizo el seguimiento de la enfermedad de su hijo, muy especialmente a partir de que la agorafobia adquirió nombre: miedo a los caballos. Y más aún: miedo a que un caballo lo mordiera. Si permanecía encerrado en su casa —acostado en su cama, y con su mamá haciéndole "cariñitos"— se evitaba el espanto de "ver" siquiera un caballo en la calle. Este detalle impresionó a Freud puesto que consideraba al caballo como símbolo de la sexualidad masculina. La asociación fue lógica y revolucionaria: la fobia mostraba el temor del niño a sus propios impulsos amorosos hacia la madre. El miedo a ser mordido por el caballo simbolizaba su miedo a la castración, castigo que el padre le infringiría por sus deseos incestuosos. Como veras, el complejo de Edipo ilustrado a la perfección.

Pero decíamos que todo empezó con el nacimiento de la hermanita, por culpa de la cual exiliaron a Hans del dormitorio paterno y se produjo la inevitable disminución de las atenciones maternas. Hay que recordar, como te decía, que de niño el propio Freud había deseado la desaparición de su hermano Julius; cuando el bebé murió, Freud experimentó profundos sentimientos de culpa y concluyó que, en menor o mayor medida, todos los niños albergan sentimientos homicidas hacia sus hermanos menores.

El padre anotaba minuciosamente las reacciones de Hans para luego comentarlo con Freud (lo cual, como supondrás, debe haber sido una lata para el pobre niño).

> A las cinco de la mañana siente mi mujer los primeros dolores de parto, y Hans es trasladado en su camita a una habitación contigua. A las siete despierta, oye los quejidos y pregunta: "¿Por qué se queja mamá?", y después de una pausa él mismo concluye: "Hoy es el día en que vendrá la cigüeña". Le habíamos dicho que la cigüeña le traería pronto un hermanito y relacionó enseguida los quejidos inhabituales de su madre con la llegada de la cigüeña. Más tarde se lo llevan a la cocina. Ve el maletín del médico y vuelve a concluir, definitivamente convencido: "¡Hoy llega la cigüeña!". Después del parto, la comadrona va a la cocina con una p ilangana llena de agua sanguinolenta y

> Hans se extraña y asusta: "¿Por qué mi mamá echó sangre por su cosita?". Sus palabras demuestran su desconfianza ante la historia de la cigüeña, que le habíamos contado su madre y yo. Hans se muestra después muy celoso de la hermanita que acaba de nacer y cuando alguien la alaba en su presencia, protesta en el acto: "¿Bonita? Pero si no tiene ni dientes". Cuando la vio por primera vez, le sorprendió que no pudiese hablar y le llamó la atención que fuera tan pequeña: "Es demasiado pequeña..." En los días siguientes, como era inevitable, Hans pasó a segundo término en nuestra atención y, quizá como reacción de protesta, cayó enfermo de anginas. Durante la fiebre lo oí decir: "¡Ya no quiero ninguna hermanita!".

Freud pone una nota al pie de página en que dice:

> Me enteré de otro niño que dio la bienvenida a un hermanito con la siguiente exclamación furiosa: "¡Es horrible, no me gustó, díganle a la cigüeña que se lo lleve de vuelta, que se lo lleve de vuelta!"

Pero sigamos con las notas del padre de Hans:

> Cuando la recién nacida tenía ocho días, Hans presenció cómo la bañaban. Comentó, extrañado: "¡Pero qué pequeña tiene su cosita!". Y él mismo se consoló enseguida: "Bueno, ya le crecerá cuando sea mayor".

Para entretener a Hans, el padre hubo de llevarlo de paseo al zoológico, y luego, ya en casa, hicie-

ron juntos algunos dibujos de los animales que habían visto. El padre pintó una jirafa y Hans protestó:

> —Píntale también su cosita.
> —Píntasela tú —le sugirió su padre.
> El niño lo hizo con ostentación.

En otra ocasión, le dan una muñeca. La desnuda, la revisa y se desanima:

> —Ésta no tiene cosita por ningún lado.

Al cabo de medio año, nos dice el padre, desaparecieron sus celos manifiestos y se volvió un hermano muy cariñoso con la niña, aunque siempre "consciente de su superioridad".

Todavía hay al respecto una última anotación del padre:

> Hans presencia de nuevo el baño de su hermanita y se echa a reír ruidosamente:
> —¿De qué te ríes? —le pregunta la madre.
> —De la cosita de Hanna.
> —¿Qué tiene de risible la cosita de Hanna?
> —Pues que es realmente muy bonita.

El padre comenta:

> La respuesta no es sincera. La cosita de su hermana le parecía cómica y risible. Por otra parte, es la primera vez que reconoce la diferencia entre los genitales masculinos y los femeninos

¿Por qué dice el padre que la respuesta no es sincera? Fíjate cómo, en algunos pasajes, los juicios del padre, y del propio Freud, empujan al pequeño Hans a un camino prefijado por ellos. Finalmente, querían (y necesitaban) comprobar el complejo de Edipo en un niño, casi nada. ¿O no pudo parecer al niño que la cosita de Hanna, además de cómica y risible, fuera en realidad bonita?

Es entonces, cuando parece haber superado los celos hacia su hermanita, que se manifiestan los primeros ataques de angustia, que pronto se traducirán en una fobia.

> El 7 de enero Hans sale con su nana, como es costumbre, a pasear por el parque. Pero una vez en la calle se echa a llorar y pide que lo regresen a casa pues quiere que su madre lo "mime". Interrogado en casa sobre por qué ha llorado, se niega a contestar. En la noche se muestra alegre como de costumbre, pero al irse a acostar demuestra con claridad que tiene miedo, llora y no hay modo de separarlo de su madre. Luego se tranquiliza y duerme bien.

Días después, Hans sale a la calle de la mano de su madre visiblemente atemorizado. El miedo lo paraliza y confiesa su miedo a que lo muerda un caballo. Regresan enseguida a la casa, pero por la noche llora inconsolable porque, dice, a la mañana siguiente tendrá que salir de nuevo a la calle y volver a "ver" caballos. Pero, sobre todo, tiene terror de que un caballo "entre en su cuarto". Su madre le pregunta si cuando está acostado se acaricia la cosita y Hans responde afirmativamente. "Sí, todas las noches, cuando estoy acostado".

El padre anota:

> Al día siguiente, antes de acostarle a dormir la siesta, se le advierte que no debe tocarse para nada la cosita. Interrogado sobre ello al despertar, contesta que se la ha tocado sólo un poquito.

Freud comenta:

> La intensificada ternura hacia la madre (acrecentada por el nacimiento de la hermanita) es lo que se convierte en angustia; aquello que, según nuestra ciencia analítica, sucumbe a la represión.

Y, lapidario:

> ¿Qué puede significar el hecho de que Hans manifieste, al ir a acostarse, su miedo a que el caballo entre en su cuarto? Se dirá que es tan sólo el miedo tonto de un niño. Pero la neurosis no dice nunca nada sin fundamento ni sentido, como tampoco los sueños. Cuando no comprendemos una cosa solemos calificarla de tontería, en especial en lo referente a los niños. Es una manera muy cómoda de salirse del tema.

Se inicia la estrategia:

> Propuse al padre que iniciase el esclarecimiento de la situación sexual del niño. Ya que por lo visto habíamos de suponer que su libido se hallaba adherida al deseo de ver la cosita de su madre, podría empezar por comunicarle que ella, como todas las mujere no poseía una cosita igual a la suya,

> algo que, además, ya era del conocimiento de Hans. Tal explicación debería dársela en ocasión propicia, aprovechando alguna pregunta o una observación del mismo Hans.

El padre obedece:

> El domingo se resiste un poco, pero acaba por acceder a salir conmigo a la calle. Al darse cuenta de que pasan pocos coches de caballos se tranquiliza.
> —¡Qué bueno! ¡Hoy no ha querido Dios que pasen caballos cerca de mí!
> Por el camino le explico que su hermana no tiene una cosita como la suya. Las mujeres adultas y las niñas no tienen cosita. Mamá no la tiene.
> —¿Y tú? —pregunta.
> —Naturalmente. ¿Qué te creías?
> —Pero entonces, ¿si las niñas no tienen cosita cómo hacen pipí?
> —Tienen una cosita distinta a la tuya. ¿No lo has visto cuando bañan a Hanna?
> Al anochecer parece de nuevo deprimido y con miedo a los caballos.

Sé lo que piensas, Maty: pobre niño, si lo dejaran tranquilo, capaz que sólito superaba sus miedos. ¿No se los estarían acrecentando? ¿A dónde quería llevarlo? El siguiente pasaje culmina con una nota idéntica de la intensificación del miedo de Hans

> En Schónbrunn le dan miedo algunos animales del parque zoológico que antes no lo asustaban en lo más mínimo. Así, no consiente en acercarse a las

> jirafas ni a los elefantes, que antes lo divertían. Le dan miedo todos los animales graneles. En cambio los pequeños lo entretienen. De las aves, le da ahora miedo el pelícano, seguramente también por su tamaño. Le digo:
> —¿Sabes por qué te dan miedo ahora los animales grandes? Porque los animales grandes tienen grande la cosita, y lo que verdaderamente te da miedo es eso.
> —Pero nunca le he visto la cosita a un animal grande.
> —Sí se la has visto al caballo y el caballo es un animal grande.
> —Es cierto.
> —Pero eso no tiene que darte miedo. Los animales grandes la tienen grande y los pequeños pequeña.
> —Y todos los hombres tienen su cosita. Y la mía también crecerá, por eso la tengo pegada al cuerpo, ¿verdad'
> Con eso terminó la conversación. En los días siguientes parece haber vuelto a intensificarse su miedo. Apenas se atreve a acercarse a la puerta de la calle.

Por fin, en un acto trascendente para la historia de la psicología, el pequeño Hans aterriza en el diván del doctor Freud. Lo cual es un decir, porque en validad él y su padre permanecen sentados ante el esentono donde se encuentra Freud, quien comenta en sus apuntes:

> V ?e"d o antemíal padre y al hijo mientras escuchaba la d-scripción de los caballos que asusta-

ban a Hans, se me reveló un nuevo fragmento de interpretación, del que comprendí enseguida por qué había escapado al análisis del padre, ya que se trataba de su propia persona y de su propio bigote. Bromeando, pregunté a Hans si aquello negro que los caballos tenían en torno al hocico le recordaba un bigote. Hans asintió. Luego, comencé a explicarle que le tenía miedo a su padre precisamente por lo mucho que él quería a su madre. Creía, sin duda, que el padre le tomaba a mal aquel cariño y eso no era verdad; su padre le quería también mucho y él podía confesarle sin miedo todas sus cosas.

En efecto, el diálogo con el padre se hace más abierto.

—¿Por qué lloras cuando mamá me da un beso? ¿Estás celoso?
—Sí, celoso.
—¿Te gustaría ser papá?
—Sí, mucho.
—¿Qué harías si fueras papá?
—¿Y si tú fueras Hans? Me gustaría llevarte a Linz todos los domingos... , no sólo los domingos: todos los días de la semana. Si yo fuera el papá sería siempre muy bueno contigo.
—Pero, ¿qué te gustaría hacer con mamá?
—Llevarla también a Linz.
—¿Y además?
—Nada.
—¿Entonces por qué estás celoso cuando la beso?
—No lo sé.

Hay por parte del padre una clara intención de dirigir a Hans como a un actor con un guión ya escrito. Escucha este otro diálogo:

—En Gmunden, ¿te metías a menudo en la cama con mamá?
—Sí.
—¿Y solías pensar que eras el padre?
—Sí.
—¿Y entonces, por pensarlo, tenías miedo de mí?
—Tú lo sabes todo, yo no sé nada.
—¿Pensaste que si yo muriera, entonces tú serías el padre?
—Sí.

Ahora bien, Maty, si estudiamos la relación de Hans y su padre sin la premisa del complejo de Edipo vemos que las cosas no son del todo como nos las quiere hacer ver el psicoanálisis. Si un niño de cinco años dice: "Sí, quiero que mi padre muera", estas palabras no expresan necesariamente odio sino, quizás, un exceso de fantasía y de falta de sentido de la realidad. O sea: una fantasía que de ninguna manera quiere hacerse real. Por los diálogos anteriores parece que Hans no tenía miedo a su padre ni lo odiaba, de lo contrario no le hubiera hablado con tanta franqueza, ¿no crees? No debemos olvidar que uno de los deseos más comunes de los niños es ser adultos: no estar ya sometidos al engorroso poder superior familiar. Por otra parte, es normal la curiosidad que despierta en un niño sus órganos sexuales, pero esa curiosidad sólo se vuelve obsesiva y morbosa si los padres la reprimen o a cuestionan demasiado, como sucedía con Hans.

Respecto de un peligro real puede sucederles otro tanto. En los niños nerviosos, los temores a la violencia que los rodea —y a qué niño no lo rodea alguna forma de violencia— se traducen fácilmente en fobias. El miedo a perder el cariño de los padres, obviamente, pero también el miedo al dolor, a quemarse si acerca una mano al fuego, a los pleitos a golpes con algún amiguito, a la fiebre, a los truenos del cielo, a los terremotos, a morir electrocutado si toca un cable de alta tensión, a que lo muerda un perro o, en efecto, a que lo muerda un caballo. Quizás, además de su problemática edípica, de veras Hans tenía miedo a ser agredido por un caballo.

William James —psicólogo al que dedicaremos un capítulo más adelante— lo dice en forma admirable y, hay que reconocerlo, estremecedora.

> La vida cotidiana contiene momentos tan penosos como los que, magnificados, llenan de angustia a los locos en los manicomios. Después de todo, las visiones de horror que ellos padecen provienen de un material que nos es común a todos los hombres. Creer en la realidad de los reptiles carnívoros de los tiempos geológicos es difícil para nuestra imaginación: son demasiado semejantes a especímenes de museo. Con todo, no hay diente en ninguno de estos esqueletos que en el pasado, día a día, no se aferrase al cuerpo de una víctima desesperada. Formas de horror tan terribles para aquellas víctimas, aunque en escala menor, llenan nuestro mundo todavía. En nuestros jardines, el gato malévolo juega con el ratón o atrapa y zarandea al pájaro por la garganta. Jardines que por las noches —mientras nosotros dormimos plácidamen-

> a verdadera carnicería de pequeños bichos comiéndose entre ellos. Y en las selvas, en las regiones inhóspitas, la lucha por la sobrevivencia continúa igual que hace miles y miles de años. Ahí están los cocodrilos, las víboras y una buena variedad de aves de rapiña para dar prueba de ello. Su repugnante existencia está dentro de nosotros, aunque no la veamos. Siempre que un depredador atrapa a una presa, el horror mortal que siente el hombre depresivo parece plenamente justificado.

Es posible entonces que en este caso el miedo tuviera, además de lo referente a su represión incestuosa, un carácter puramente nervioso: el siempre traumático enfrentamiento a un mundo hostil, como es el nuestro.

Por otra parte, no cabe duda de que Hans temía la castración, y eso lo mantenía angustiado. Pero ese temor no se basa en "muy leves alusiones" del padre, como declara Freud. Por el contrario, se trata de amenazas claras y directas. ¿Pero de dónde provienen? ¿Qué papel ha jugado la madre en este proceso de la neurosis del niño? Freud nos dice:

> Debo salir en defensa de la madre de Hans, mujer excelente y cuidadosa, a la que seguramente hicieron sufrir mucho los trastornos de su hijo.

rgo, unas páginas antes nos había relatado:

> Teniendo Hans tres años y medio, le sorprendió la madre cor. la mano en su cosita y lo amenazó:

—Si haces eso, llamaré al doctor para que te corte la cosita y entonces, ¿con qué vas a hacer pipí?

La respuesta de Hans es de lo más lógica:

—Pues con el popó.

Y en otra escena, un año después (o sea, con Hans de cuatro años y medio), la que también anota el padre:

Esta mañana, como todas, la madre baña a Hans. Lo seca y luego le pone polvos. Cuando le está poniendo polvos en la región genital con gran cuidado, Hans protesta:
—¿Por qué no me coges la cosita?
—Porque sería una porquería.
—¿Una porquería? ¿Por qué?
—Porque no se debe hacer.
—Pero es muy divertido.

Además, ella lo amenaza con abandonarlo. Dice Hans a su padre:

—Cuando te vas me da miedo de que no vuelvas.
—¿Te he amenazado acaso alguna vez con no volver?
—Tú no, pero mamá sí. Mamá me ha dicho que se irá y no volverá.
—Eso lo dijo porque estabas siendo malo.
—Sí, muy malo.

El miedo que siente a la madre es manifiesto en este diálogo con el padre. Se queja Hans:

—En la bañera tengo miedo de caerme.
—¿Temes que mamá te deje caer en el agua?
—Temo que me suelte y que mi cabeza quede dentro del agua.
—Sabes muy bien que mamá te quiere mucho y no te soltará.
—Pero de todas maneras yo lo pensaba.

¿Tú qué crees, Maty? ¿Será que, como en algunas novelas policiacas, al final resulta que el culpable no era quien suponíamos, sino otro personaje que en algún momento nos parecía el bueno de la historia? Como bien ha visto Erich Fromm: "Por su propia educación patriarcal, Freud no podía concebir que la mujer fuese la causa principal del temor del niño".

Pero el dato más perturbador provino del propio Freud y es sobre la actuación de los padres como educadores, nada más ve.

Los padres de Hans se contaban entre mis colaboradores más cercanos, y los dos convinieron en que para educar a su primer hijo no debían usar más coerción que la absolutamente necesaria para mantener una buena conducta.

¿Entonces? ¿Qué entendería Freud por coerción con un hijo? Porque, como habrás visto, las amenazas brutales de la madre y los interrogatorios del padre eran suficientes para crear el estado altamente angustiado en el niño.

¿Significa nuestra reflexión que Hans no padecía un complejo de Edipo? Yo pienso que podía Padecerlo —la sexualidad infantil ha sido amplia-

mente comprobada a partir de Freud—, pero la fobia de Hans a los caballos era mucho más (o mucho menos) que la mera ilustración de ese complejo. Faltan piezas al rompecabezas, ¿no te parece?

De una u otra forma, habrás comprobado que casi cualquier caso psicológico se presta a ser interpretade desde diversos puntos de vista, como por lo demás sucede con las buenas novelas o las buenas películas. Cada nuevo dato lo vuelve más apasionante. Por ejemplo, la relación que hace Freud del bozal del caballo con el bigote del padre es muy aguda, digna del mejor de los detectives. Y, bueno, hay que pensar en dónde andaba metido: una selva virgen e inhóspita que apenas él solo empezaba a desbrozar. Te repito: basta con echar un vistazo a lo que fue la época victoriana, y sus prejuicios sexuales, para revalorizar los descubri¬mientos de Freud.

Pero no debo dejarte con la curiosidad de qué sucedió finalmente con el bueno de Hans. Quéda¬te tranquila: como era de suponerse, apenas unos meses después superó su fobia a los caballos y se volvió un niño de lo más normal y cariñoso con su hermanita. ¿Cuánto contribuyó a su curación el tra¬tamiento a que lo sometieron Freud y su padre? No podemos saberlo, pero lo cierto es que terminó por "jugar al caballo" con su propio padre. Mejor síntoma de salud, difícilmente podemos encontrar.

> Desde hace algunos días, Hans juega en casa a ser un caballo: corre de un lado para otro, se cae, patalea y relincha. Repetidas veces se acerca a mí y me muerde ligeramente. También, hace días ven¬go observando que manifiesta una clara rebeldía

> hacia mí, pero no con insolencia y descaro, sino con divertida alegría. ¿Acaso porque no me tiene ya miedo..., porque no tiene ya miedo a los caba-llos?

Por hoy es suficiente. Espero que te haya resultado aleccionador —en tantos sentidos— el caso del pequeño Hans. Después de todo, nos dice más una imagen —o un relato— que mil teorías.

Carta IV

Escepticismo freudiano

Querida Maty:
Como habrás podido comprobar, descubrir supue tas fallas o simples contradicciones en las teorí de Freud —aplicarles su propio escalpelo— es u experiencia de lo más reveladora, en el senti policiaco y freudiano del término, sin que esto si nifique negar su alto genio. Nadie es buen psicól go sin sentido crítico y autocrítico, hazte a la ide

El comentario de Aldous Huxley a una de más graves limitaciones de Freud es agudo:

> En tanto médico investigador de las enfermedad mentales, con una vasta clientela exclusivamente pacientes neuróticos, Freud tuvo todas las oportu dades posibles de observar las actividades destmct que simboliza la diosa griega Até, cuyo nombre los poemas homéricos significa el estado menta corporal que conduce al desastre, en cualquiera sus formas. Por el contrario prestó muy poca ate ción a los influjos de Menos: la de las visitaciones las musas inspiradoras, de los fenómenos de en siasmo *íen-theos.* Dios dentro), de la felicidad re; de las admoniciones de demonios-buenos de la pecie de los que hablaba Sócrates.

O sea: si la mente tiene un sótano, ¿por qué no suponer que también puede tener una buhardilla? Agrega Huxley:

> La hipótesis del inconsciente resulta válida científicamente y de gran importancia práctica. Sin ella, nos veríamos obligados a recaer en primitivas concepciones de intervención sobrenatural de ángeles y demonios en simples neurosis. Sin embargo, hay que tenerlo siempre presente, los hombres y las mujeres son mucho más que el lugar donde se libran las respuestas a problemas conscientes o inconscientes.

Esto es fundamental: Freud se quedó en la frontera de *lo más* que podemos ser. Digamos que su descubrimiento —la parte oscura de la mente— fue tan impactante para él mismo que sólo le permitía centrarse en *lo menos* que podemos ser. De ahí su escepticismo filosófico y sus limitaciones, incluso al narrar sus casos. Algo que siempre me llamó la atención es que nunca describe a los pacientes. ¿Se trata de una mujer gorda o flaca, pizpireta o apocada, pechugona o más bien plana, bonita o fea, bien vestida o desarreglada? ¿O es un hombre fortachón, esmirriado, altivo, encorvado, chaparro, calvo, barbón, elegante, fachoso, rubicundo, pálido? No nos lo dice. Y es una gran limitación no sólo para imaginar a los pacientes, sino para entenderlos. Desde Cervantes, los escritores sabemos que la psicología de un personaje es inseparable de su fisionomía. De nuevo Huxley sale en nuestra ayuda:

> Para todo psicólogo, sea científico o intuitivo, práctico o teórico, no debería ser menos importante

> s ,l>er algo sobre la actividad mental del paciente que conocer el tamaño y lajormadel cuerpo.

No puedes imaginar la filosofía de Don Quijote en el cuerpo de Sancho, o la de Sancho en el de Don Quijote. De la misma forma, el complejo de Edipo no puede ser el mismo en un mozalbete de pelo rubio ensortijado, ojos azules y cuerpo de Adonis, que en un muchacho regordete y pálido, con hombros caídos, que a duras penas logra desplazar su pesado cuerpo por el mundo. Lo mismo, supongo que una madre del tipo de Madonna provocará un Edipo esencialmente diferente al de una mujer sin atractivos físicos y reprimida. Todo tiene que ver con todo, y hasta la evolución de nuestras estructuras físicas a lo largo del tiempo tiene que ver con nuestra forma de pensar y de sentir. Como dice Juan José Arreóla: "Pobre ser humano, del hombre del Cro-Magnon... a Alain Delon". No conozco su vida personal, pero por alguna extraña razón, en electo, no imaginó a Alain Delon vestido con un taparrabo, un mazo en una mano y en la otra los cabellos de una mujer a la que arrastra entre las piedras.

Pero en fin, en los casos de Freud la estructura de los cuerpos nojArnenciona casi nunca. La boca y el ano, hay que reconocerlo, aparecen constantemente citados, pero pareciera que entre ellos no hay nada más.

Sin embargo, creo que su gran limitación fue lo religioso. Ahí se cerró como tortuga dentro de su caparazón, con lo cual hizo un daño considerable D a . pslc°logía. No porque tuviera que creer en os para ser 1 ,uen psicólogo, sino porque literal-

mente ponía la cruz a todo lo que sonara a trascendencia espiritual, en especial al inicio de su carrera. Y sin un claro sentido de la trascendencia, me parece, no hay método psicológico que te cure.

Jung cuenta el siguiente diálogo revelador:

> "Prométame que usted nunca desechará la teoría sexual. Es lo más importante de todo. Vea usted, debemos hacer de ello un dogma, un bastión inexpugnable". Freud me dijo esto apasionadamente y en un tono como si un padre dijera: "Y prométame, mi querido hijo, ¡que todos los domingos irá a misa!". Algo extrañado, le pregunté: "Un bastión, ¿contra qué?" A lo que respondió: "Contra la negra avalancha", aquí vaciló un instante y añadió: "del ocultismo".

En otra carta te hablaré más de su relación con Jung, pero hay que señalar como muy sintomáticas las críticas furibundas que le hizo por el tema del ocultismo. En realidad, a lo largo de toda su obra Freud lo menciona tanto, directa o indirectamente, que nos obliga a aplicarle su sistema deductivo: ah, algo inconsciente esconde usted con esa obsesión por el ocultismo, querido maestro.

Cuenta que una noche en que viajaba en tren, despertó en plena oscuridad después de un mal sueño y vio fugazmente reflejada en el espejo de la puerta de la alcoba su propia imagen, con camisón y gorro de dormir, iluminada por un rayo de luna. Freud confiesa que su primera reacción fue decirse a sí mismo: "¡Luego entonces «'existen los fantasmas!". Al darse cuenta de que era su propia imagen reflejada en el espejo, "suspiró tranquilo". Sólo quien

quiere creer en fantasmas tiene esa reacción, ¿no te

Pa En c otra ocasión encontró en una reunión a una mujer, hermana de una paciente suya ya muerta El parecido físico entre ambas era tan considerable que, al ver a la mujer, por un momento Freud estuvo seguro de que se trataba de su paciente fallecida. La reacción fue la misma que en el caso anterior: "¡Luego entonces *sí* existen los fantasmas!".

Según su biógrafo más solvente, Ernest Jones, la preocupación de Freud por los fantasmas era tal que temía quedarse con él a solas en ciertas circunstancias —por ejemplo, después de las reuniones de los miércoles con el grupo de psicoanalistas— porque, dizque para relajarse, empezaba a hablar de fantasmas en forma obsesiva y morbosa, incluso haciendo bromas sobre ellos y contando tal variedad de historias que parecía coleccionarlas.

Por la mañana, en su consultorio, el doctor Freud era de un racionalismo irredento, obviamente.

Al final de su vida rectificó en forma manifiesta: reconoció el fenómeno de la telepatía, de la precognición, e incluso dijo que, si volviera a empezar su carrera, se dedicaría más al estudio de la parapsicología que de la psicología, y una de sus últimas notas poco antes de morir dice: "El misticismo: esa oscura región más allá del yo y del Ello". Algo que sólo podía escribir alguien que sabía —y muy en serio— de misticismo.

En 1920, escribió un ensayo sobre psicoanálisis V telepatía, donde afirmó: "Hoy ya no es posible
1 T 13 1 11
ZádT e l e s t u d i o de los hechos ocultos", lañ-
an ole un guiño a su antiguo y querido amigo
8- Pero, ¿sabes, Maty, cuál fue la reacción del

mencionado doctor Ernest Jones? Se lo arrebató a Freud y guardó el texto diez años porque, aseguraba, su publicación era prematura y peligrosa para el prestigio del psicoanálisis. Te digo, cuídate de los freudianos ortodoxos, son una plaga.

Ante esa (grave) represión que le provocaban sus propios discípulos, Freud no volvió al tema de la telepatía sino hasta 1929. En *Nuevas aportaciones sobre el psicoanálisis,* dice:

> Frecuentemente he tenido la impresión a lo largo de las experiencias con personas de mi entorno, que recuerdos cargados de una fuerte coloración emocional se transmiten telepáticamente con éxito y sin grandes dificultades. Si se tiene la paciencia de someter a un examen analítico las asociaciones de las personas a las que se transmiten, salen a la luz relaciones/y correspondencias ocultas que, de lo contrario, hubieran pasado desapercibidas. Basándome en numerosas experiencias, me inclino a pensar que la transmisión de pensamiento tiene las mayores posibilidades de producirse en el momento en que la idea emerge del inconsciente. Incluso, es posible que mensajes recibidos telepáticamente durante el día no puedan emerger a la conciencia sino a través de un sueño de la noche inmediata. Entonces, sería lógico que el material percibido telepáticamente sufra las modificaciones propias de los sueños, como cualquier otro material onírico.

También, en ese mismo ensayo hizo una brillante demostración de la utilidad del psicoanálisis dentro de la parapsicología. Relata el curioso caso que aportó

una colega suya, una doctora^urh^gham acerca de una mujer altamente posesiva y su hijo Un día, la naciente comenzó a hablar, en el curso de la sesión, de una moneda de oro que tuvo considerable importancia en su infancia puesto que se trato del ultimo regalo que le hizo su padre antes de abandonarla. La conservó durante varios años y luego la extravió. Apenas de regreso a su casa, su hijo más pequeño, de unos diez años, entró en su habitación y le llevó una moneda de oro para que se la guardara. Sorprendida, la mujer le preguntó de dónde la había sacado. El niño contestó que se la había regalado un tío en su cumpleaños, celebrado varios meses antes. Lo que no pudo explicar fue por qué recordó el regalo precisamente ese día y, sobre todo, la necesidad de dársela a su madre. Ella informó a la doctora de la coincidencia, quien se limitó a considerarla como tal. Algunos días más tarde, en su recámara, la mujer ponía por escrito lo tratado en su última sesión, tal como se lo había pedido su psicoanalista, cuando el niño se presentó y le pidió imperiosamente que le devolviera *su* moneda de oro que le había dado a guardar. La mujer, muy impresionada, dejó caer la pluma. La última palabra que había escrito en el papel era precisamente ésa: moneda de oro, tal como se lo mostró en la siguiente sesión a la doctora Burlingham. El análisis subsiguiente demostró la relación emocional tan intensa que guardaban madre e hijo y que el suceso telepático no hacía sino manifestar. Parecía obvio que el niño quería imponer simbólicamente su propia moneda de oro ante la del antiguo rival: el abuelo ya muerto, pero Presente sin embargo en el análisis que estaba llevando a cabo la madre.

> Si la telepatía existe —comenta Freud— podemos suponer, a pesar de las dificultades para demostrar su existencia, que constituye un fenómeno frecuente. No nos sorprende entonces descubrirla con cierta transparencia en la vida espiritual de los niños. ¿No se figuran ellos, precisamente, que sus padres conocen sus pensamientos aun cuando no se los han comunicado?

En una carta poco conocida de 1927, dice a Herreward Carrington, director del American Psychical Institute:

> No soy de los que niegan por principio el estudio de los fenómenos psíquicos llamados ocultos, porque eso sería anticientífico e indigno de un hombre de estudio, incluso peligroso. Si me encontrara en los comienzos de mi carrera científica, y no en su final, no escogería quizás otro camino de investigación que ése, pese a todas las dificultades que presenta.

Todo esto no debería sorprendernos si recordamos de dónde venía Freud; o sea, en qué lugar y de quién abrevó las primeras inspiraciones para su revolucionaria teoría: en el hospital de la Salpetriére, en donde el médico francés Jean-Marie Charcot trataba la histeria por medio de la hipnosis. Ten presente el tema de la hipnosis, ya que además de haber jugado un papel central en la psicoterapia moderna —es la demostración más palpable de las fuerzas del inconsciente—, con él cerraremos nuestro breve recorrido por la historia de la psicología.

-palabra que deriva de la raíz griega *hysteron,* que significa útero- era considerada como un trastorno orgánico de la matriz. Los psiquiatras de la época trabajaban sobre esa base y reducían su labor a "controlar" o a "remover quirúrgicamente". Ese control —no te rías— por lo general consistía en constantes y profilácticos manguerazos de agua helada cuando las histéricas tenían sus ataques. Nadie duda que un buen baño en agua fría —en especial después de un vapor— templa los nervios; el problema es que los manguerazos a las histéricas, se dice, erantan_ fuertes que en ocasiones "les provocaban lesiones en los órganos internos". En caso necesario, había que someterlas con una camisa de fuerza con lo cual, te lo aseguro, se controlaba el ataque; o por lo menos eso parecía, aunque bien mirada la camisa de fuerza estuviera a punto de estallar y ellas continuaran echando horrendos espumarajos por la boca.

En una fecha tan avanzada como 1880, un distinguido médico francés de la Salpetriére aseguraba que sólo la extirpación de la matriz y los ovarios podía curar definitivamente la histeria. Asómbrate: en su *Historia de la psiquiatría,* Henri Ellenberg nos dice que a finales de! 1900, los médicos de Londres Aprocedían a la cauterización del clítoris con el fin de curar la histeria". Apenas ha transcurrido un siglo desde entonces a la fecha. Por lo menos en ese terreno de la psiquiatría algo hemos Progresado.

demia F CQL~ había conse 8 uido el aval de la A ca-
13 ranct a de Ciencias para continuar sus trá-

bajos,c©n las histéricas. Fue un acontecimiento trascendental en la historia de la psicología, ya que destrabó la investigación sobre el hipnotismo y le abrió el camino al psicoanálisis. Alguien tiene siempre que levantar la obra negra de las más bellas construcciones arquitectónicas.

En este sentido, entendemos por qué los psicólogos tienen aún tanta necesidad de ser considerados como científicos "serios", después del desprestigio en que habían caído los loqueros del siglo xix, que todo lo resolvían a manguerazos o con operaciones quirúrgicas. Habla con los psicólogos y lo comprobarás (pocas personas son tan dignas de análisis como ellos). Yo me atrevería incluso a restar el calificativo de "serio". Necesitan, simplemente, ser considerados científicos, con toda la revalidación que ello implica. Se trata de una aspiración de lo más humana, y lo puede comprender cualquier persona que haya llegado a amar la ciencia por sobre todas las cosas. Si estudias psicología, tendrás que empezar por ahí. Hay en la ciencia algo frío, duro, distante, pero también dinámico y de una honda compasión. Similar a la experiencia infantil de recoger a un pajarito herido caído de un árbol para curarlo, entablillarlo, darle de comer y regresarlo a su nido. Nada podría resultarnos a esa edad más estimulante. Por eso dicen que la medicina nació el día en que un hombre herido le dijo a otro: "me duele", y el otro sintió el dolor en su propia piel y trató de ayudarlo. ¿Te has fijado cómo ias personas fuertes y sanas, siempre atareadas, no tienen tiempo para las cuestiones sobrenaturales, y este rechazo temperamental los lleva a deducir que el mundo material y "práctico" en que viven es el

único real? Y la verdad, es un instinto sano el que los hace pensar así. La ciencia abre al hombre nuevas perspectivas de dominio y de conquista, pero también de amor a los demás. Por el contrario, el mundo de lo "oculto" es húmedo y nebuloso; nos refiere a nuestra ignorancia y nos incita a adoptar una actitud más bien pasiva ante la existencia. Y sin embargo, también es parte de nuestra realidad y más nos vale reconocerlo. Somos seres anfibios, que habitan los mundos del día y de la noche, de Menos y de Até, de la luz y de la sombra. Por lo pronto, fue más bien de esa sombra —como dice Huxley— de donde surgió el psicoanálisis.

Y volvamos a Charcot.

A sus enérgicos treinta y seis años lo nombraron médico jefe de la Salpetriére y se dispuso a resolver el misterio de la histeria. Como persona dejaba mucho que desear: dominante, egoísta, dictatorial, arbitrario, defectos que sin embargo contribuían a su labor como hipnotizador. Tenía ojos tan penetrantes que, se decía, daba la impresión de que te iba a hipnotizar con sólo mirarte de reojo. En especial a las mujeres, ya lo supondrás. Algunas iban a consultarlo, "sin tener enfermedad ninguna" y tan sólo para "gozar unos momentos de su mirada". Freud habla sobre el primer "acto de magia" que le presenció:

> Charcot hipnotizó a un hombre en público y luego le dijo que cuando le palmeara la espalda se le paralizaría un brazo. Le despertó y le palmeó la espalda: al instante al hombre se le paralizó un brazo.

Sus clases y conferencias eran prácticamente representaciones teatrales. Axel Munthe, en *La historia de SanMichele*, nos ha dejado una inmejorable recreación del "escenario" en el que Freud se inspiró:

> Aquellas mujeres sabían lo que de ellas se esperaba y en el fondo parecían felices de hacer sus representaciones en público, engañando a los médicos y a los estudiantes con la astucia de un mago. Por supuesto, siempre estaban dispuestas a poner en escena un ataque, de la clásica grande *hystérie*, con el subsiguiente arqueo convulsivo en el suelo, o a exhibir las tres famosas fases del hipnotismo según Charcot: letargo, catalepsia y sonambulismo. Una de ellas olfateaba con deleite una botella de amoniaco cuando se le decía que era agua de rosas. Otra se comía un pedazo de carbón, paladeándolo, si se le presentaba como una barra de chocolate. Alguna se arrastraba a cuatro patas ladrando furiosamente cuando en estado hipnótico Charcot la convencía de que era una simple perra. La de más allá batía los brazos como si quisiera volar cuando era transformada por el maestro en una paloma. Vi a una bella mujer levantarse las faldas con un grito de terror cuando Charcot arrojó al suelo un guante al tiempo que decía que era una serpiente. Hipnotizadas a diestra y siniestra no sólo por Charcot sino también por otros doctores y por los mismos estudiantes, la mayoría de aquellas mujeres pasaba el día en un estado de semiletargo.

Un caso muy divertido fue el de una mujer de la alta sociedad francesa, aparentemente de lo más

sana y fuerte, que quiso prestarse a que Charcot la hipnotizara para comprobar en sí misma la realidad del fenómeno. En estado hipnótico, Charcot le "ordenó" que una vez despierta debería regresar a su casa a manifestar a su marido los sentimientos más profundos que hacía él sintiera. Lo que logro el maloso de Charcot —seguro que lo hizo con la peor intención— fue provocar un escándalo público en las altas esferas sociales de París, ya que la mujer llegó a su casa y ante un grupo de personas ahí reunidas, se le fue al cuello al marido y trató de ahorcarlo. Algo hubiera dicho Freud de eso, pero por desgracia en ese entonces Freud todavía no daba forma a su aleccionadora teoría. Ante tales manifestaciones del inconsciente, la gente se limitaba a pasmarse o, lo que es peor, a emitir juicios categóricos y moralistas.

No obstante lo que de "teatro" hubiera en la Salpetriére, el gran logro de Charcot fue conseguir que los médicos "serios" tomaran conciencia de la similitud básica entre la hipnosis y la histeria; o sea, en los trastornos que puede provocar la sugestión y la autosugestión. A partir de ahí, Freud pudo dar el siguiente paso —que hoy vemos con tanta claridad, pero que en aquel entonces permanecía entre sombras—: si la mente inconsciente produce los fenómenos de la histeria y de la hipnosis, se debe a que es mucho más poderosa que la mente consciente.

Había nacido el inconsciente para el mundo de a medicina —los poetas, ya lo mencioné, venían trabajando con él desde hacía siglos.

Las neurosis son mecanismos patológicos de de-ensa contra un recuerdo intolerable que quiere

imponerse en la conciencia. Los síntomas neuróticos tienen por finalidad encubrir ese recuerdo, con una fuerte carga de dolor implícita. Sin embargo, a pesar de ese dolor, el enfermo se aferra a los síntomas —obsesiones, fobiás, delirios— y los ama tanto como es capaz de amarse sí mismo. Los representa cotidianamente a la perfección: lavarse una y otra vez las manos, no acercarse a un balcón, evitar los espacios abiertos o los aviones, padecer inexplicables ataques de furia, inventarse enfermedades inexistentes, no pegar los ojos por la noche. Está convencido de que no podría vivir en otra forma. (Una mujer histérica que se negaba a orinar dio la siguiente explicación: "Es que si me orino inundo al mundo".) Le aterran sus pesadillas pero sería incapaz de reconocer que sueña sólo *lo que quiere* soñar. Freud descubrió que si se consigue arrancarle su secreto por medio de la persuasión y el análisis, mostrarle las ventajas que le representan los síntomas (los neuróticos son por lo general personas profundamente egoístas), si logra ver a plena luz la situación traumática olvidada, el laberinto afectivo en que está encerrado, entonces la represión resulta inútil y los síntomas desaparecen.

Sin embargo, en sus últimos años, Freud supuso que la lucha no es sólo contra nuestros feroces impulsos innatos, sino que también hay un "instinto de muerte" que quiere regresarnos a lo inorgánico, a la "nada" que dicen los filósofos. ¿Alcanzas a ver lo que es esta espeluznante posibilidad? Dice Freud:

> He llegado a suponer que este instinto opera en toda criatura viviente y se empeña en aniquilarla y volver-

> condición de materia inanimada. Merece por ello el título de instinto de muerte, al par que los instintos eróticos representan el afán de vtvtr.

No sé qué opinarán los biólogos -cabe pensar que los instintos como tales siempre están a favor de la vida, de alguna forma de vida—, pero su entronque con lo literario me parece esencial, porque nos refiere a eso que tradicionalmente algunos escritores denominan el Mal, así con mayúscula Nuestra sociedad de consumo y hedonism,, ha conseguido distraernos —sólo distraernos— de esta cuestión fundamental: la presencia del Mal entre los hombres. Una cuestión que no sólo depende de circunstancias externas sino, como dice Freud, de la intimidad humana. Salvo la literatura y la religión, ¿quién ha dicho algo que valga la pena sobre el Mal? Por supuesto que no la política —que está coludida con él—, tampoco la ciencia con su afán de asepsia, y muy poco la filosofía moderna. Hay que leer a autores como Bernanos, Mauriac, Greene y sobre todo a Dostoyevski —todos abiertamente cristianos— para entender (sentir) lo que es el Mal encarnado en el mundo. Aunque la verdad es que te basta abrir los periódicos para encontrarlo. Analiza a la luz de la teoría freudiana los casos de jóvenes norteamericanos que se organizan para asaltar una escuela y destruir a sus propios compañeros. O esos suicidios en masa, dizque religiosos. O la pornografía que para vender más videos sacrifica al final a sus protagonistas. Como verás, el Mal no es una cuestión teórica, sujeta a especulación, sino muy concreta y cotidiana, que sentimos en carne propia y nosd de.

Fiel a su maestro Charcot, Freud empezó a trabajar con la hipnosis, pero pronto la abandonó porque, como él mismo dijo, el hipnotismo no cura. ¿Qué importa lo que digas dormida si luego no lo recuerdas, o lo recuerdas a medias? Algunos síntomas desaparecían durante el trance, sólo para retornar apenas despertaba el enfermo. Incluso podían desaparecer por un tiempo, pero sólo por un tiempo, y con un rebote poco recomendable.

Además, lo peor, se establece una dependencia enfermiza —disfrazada de seducción— entre el hipnotizador y su paciente, al grado de que por curar una enfermedad, se crea otra, tal como les sucedía a las mujeres que atendía Charcot.

Reto importante para la vanidad de los psicólogos: no se trata de que los pacientes se enamoren y dependan de ellos, sino de que se curen y sean de veras libres. Freud lo padeció en carne propia.

> Llegó el día en que me fue dado comprobar algo que sospechaba desde tiempo atrás. Una de mis pacientes más dóciles, con la cual había obtenido por medio del hipnotismo los más favorables resultados, me sorprendió un día en que había yo logrado liberarla de un doloroso acceso de angustia, refiriéndolo a su causa inicial, echándome los brazos al cuello al despertar del sueño hipnótico. Una criada que llamó a la puerta en aquellos momentos nos evitó una penosa explicación. Desde tal día renuncié a la continuación del tratamiento hipnótico. Suficientemente modesto para no atribuir aquel incidente a mis atractivos personales, supuse haber descubierto con él la naturaleza del

> ¿emento de peligrosa sugestión personal que actuaba detrás de todo hipnotizador.

A pesar de lo anterior —caray, por un simple abrazo—, siempre he pensado que otra de las razones de peso por las que Freud renunció al hipnotismo es porque era parte consustancial de eso contra lo que tanto luchó —pero así como lucha el viento con las banderas— en su juventud: el ocultismo. Tuvo que dar el largo recorrido mencionado para reconciliarse con algunas formas de la parapsicología. Por eso pegué un brinco de gusto cuando descubrí que en realidad Freud había comprobado la telepatía desde 1915, apenas un par de años después de su ruptura con Jung, y gracias a la insistencia de su amigo Albert Einstein. La anécdota es mencionada por Werner Keller en un libro que se titula, precisamente, *Telepatía* y tiene un prólogo del propio Einstein, quien escribe:

> Todo aquél que permanece impasible ante el misterio, o es incapaz de experimentarlo en carne propia, o es como si estuviera ya muerto, pues ha cerrado los ojos a la verdadera vida.

Una tarde en la Viena de 1915, Einstein llegó a visitar a Freud en compañía de un personaje muy controvertido y fascinante: Wolf Messing, un polaco en apariencia tímido que sin embargo asombraba a la Europa de la época con sus demostraciones e clarividencia. A pesar de su escepticismo y ante a insistencia de Einstein, Freud aceptó participar en una prueba de telepatía en su propia casa. essing pasó a una pieza contigua. Freud se sentó

en el sillón en que trabajaba —tenía que ser ahí— se concentró y dio una orden con el pensamiento. Entonces regresó Messing con un gesto de resignación y solicitó unas pinzas para cejas, que le facilitó la señora Freud, presente en el experimento. Messing se acercó a Einstein y con un movimiento rápido aunque no exento de violencia le jaló el bigote hasta arrancarle tres pelos. Freud se apresuró a dar una explicación a su asombrado amigo: era exactamente la orden que había dado por vía telepática y que nunca supuso que se cumpliría.

¿No supuso que se cumpliría? Más bien, me parece, Freud creía ya en la telepatía, en la fuerza de su pensamiento y en la alta posibilidad de que Messing recibiera la orden. ¿Por qué, si no, esperó tan tranquilo a que su esposa consiguiera las pinzas? Bien sabía lo que iba a suceder. Como verás, el experimento no sólo comprueba la telepatía sino, más importante todavía, el humor de Freud, quien por lo visto prefería perder un amigo —y qué amigo— que una buena broma.

Con todo lo anterior entenderás mejor uno de los momentos más importantes y definitivos en la historia de la psicología: el encuentro de Freud y Jung. Prepárate.

Carta V

El inconsciente colectivo

Querida Maty:

Como pane -o quizá culminación- de nuestras reflexiones sobre la telepatía en la carta anterior, podríamos incluir esta cita de Jung:

> La mente humana, además de los caracteres que le son propios, presenta ciertos rasgos colectivos que no son —no pueden ser— propios de un solo individuo sino de muchos individuos; es decir, de una familia, de una sociedad o de la humanidad en general.

Esta observación abrió un camino inexplorado en la psicología y suscitó innumerables controversias. Se trataba ciertamente de una hipótesis atrevida; pero como el propio Jung sostenía, no habría progrese) humano sin aventurar ciertos supuestos, por descabellados que parezcan (y éste parecía de lo más descabellado para su época). Además, nos dice, antes de emitir la hipótesis la había aplicado a la solución de algunos problemas terapéuticos. De ese inconsciente colectivo descienden, por decirlo así, los arquetipos: imágenes y modelos que conforman nuestra personalidad y nuestra visión del mun-o. Hay quienes se identifican con el *Quijote* por

sus pretensiones altruistas, o con el *Don Juan* por un afán seductor, o con el *Marqués de Sade* por la vocación de enchinchar al prójimo (abundan, te lo aseguro). En el gremio femenino es común la identificación con la *Madame Bovary,* de Flaubert, quien a su vez se creía heroína de las novelitas románticas que leía. Dicen que cuando Vladimir Nabokov terminó de escribir *Lolita* —la adolescente perversa— se dio cuenta de la magnitud de su obra y dijo, sin falsa modestia: "Descubrí un arquetipo".

La literatura ha enriquecido ampliamente nuestro conocimiento de la mente humana al dar forma a ciertos arquetipos, como los que te he citado. Parte importante de una terapia sería saber con quién te identificas. Mejor dicho, con quién quisieras identificarte y no lo consigues. Buena parte de las neurosis, decía Jung, se debe a que no logramos parecemos a quien, o a quienes, tenemos por modelos, sobre todo en el terreno de lo moral. ("No yo sino Dios en mí", decía San Pablo, apuntando al más alto de los arquetipos.) Cuéntame de tus ídolos y te diré quién eres.

Jung aceptaba que el inconsciente está lleno de "materia infantil" porque uno de nuestros mayores problemas es el niño que aún llevamos dentro: malcriado, nervioso, perverso, pero siempre esencialmente pasivo y dependiente. La "función trascendental" del psicoanálisis (de como él entendía el psicoanálisis) es conseguir que superemos —no que reprimamos— al niño y evolucionemos hacia el héroe, el santo o el sabio. Casi nada. En una ocasión, Freud le dijo: "Hombre, Jung, confórmese con quitar lo loco a sus pacientes". Pero noj

podía conformarse, precisamente por su concep de la "trascendencia" y su creencia en "algo má

Por esto mismo, consideraba los síntom . neuróticos como manifestaciones de una pertur ción en el funcionamiento *normal* de la person En consecuencia, se interesaba más por el homb sano —por reforzar lo que de sano podía tener hombre— que por los elementos patológicos de personalidad. Pese a su carácter morboso y aterr dor, los síntomas son con frecuencia un simple e fuerzo de la naturaleza por restablecer uncionamiento armónico de la mente.

Demostró, gracias a sus experimentos sobre asociación verbal —una palabra te refiere a otra, ésa a otra más, hasta penetrar al inconsciente— que la influencia de las emociones opera tanto sobre lo psíquico como sobre lo fisiológico. Anotab las respuestas de un *test*—en lo que fue pionero— y las medía a través de gráficas de seguimiento, d las alteraciones del pulso, del ritmo de la respira ron, y de la lectura del psicogalvanómetro: apara to que le informaba de los cambios emocionale por medio del calor y del sudor de la piel.

También respecto de los sueños discrepaba d Freud:

> Nunca pude darle la razón a Freud acerca de que el sueño es una fachada tras la cual se oculta —di un modo maligno— un posible sentido. Para m los sueños son manifestaciones del inconsciente sin ninguna tentativa de engaño. Expresan algo 10 mejor que pueden, como una planta crece o un animal busca su alimento. Los ojos miopes no quieren engañar a quien los padece, o un oído algo

> sordo no quiere engañar a quien escucha mal. POr el contrario, nos dan una valiosa —y sana— información a pesar de sus limitaciones.

Jung ponía en duda que el origen de toda neurosis se remonte a la primera infancia y refutó la tesis freudiana según la cual el carácter y el temperamento dependen de la forma en que se reacciona ante el complejo de Edipo. Ya supondrás que hubiera tratado al pequeño Hans de manera muy diferente de como lo hizo Freud. También por esto mismo, sostenía que la principal causa de los trastornos mentales estribaba en una incapacidad para resolver un problema de *la actualidad,* no del pasado. Y que el verdadero peligro era no verlo como un problema *actual* porque entonces se agudizaría día a día, algo que la experiencia médica ha demostrado ampliamente.

No creía en la medida clásica de tiempo que impuso Freud para las sesiones, y podía pasarse horas enteras con un solo paciente. Además, decía, no llegaba a la sesión con una idea —o doctrina— preconcebida e intentaba más bien acompañar al enfermo a donde quisiera llevarlo, seguro de que los dos juntos encontrarían la salida al conflicto. A consecuencia de esta actitud establecía relaciones muy profundas con sus pacientes, como en este caso:

> La relación entre médico y paciente puede conducir en ocasiones a fenómenos parapsicológicos,] en especial cuando se produce una identificacioflj importante. Yo lo experimenté con un paciente quien liberé, en principio, de una depresión gi"j ve. Una vez curado, regresó a su casa, pero la acttj

> tu d negativa de la esposa volvió a desencadenar el conflicto. Había convenido con él que me avisaría si regresaba la depresión, pero no lo hizo. Una noche desperté con angustia y tuve la seguridad de que alguien estaba en mi habitación. Encendí la luz. pero no había nadie. Entonces fui consciente del dolor opresivo que padecía en la nuca, nunca antes sentido por mí. Al día siguiente recibí un telegrama que me comunicaba el suicidio de mi paciente. Más tarde supe que se había disparado un tiro en la cabeza y que la bala había salido, precisamente, por la parte posterior del cráneo.

En marzo de 1909, Jung —que era suizo— visitó a Freud en su casa de Viena. La primera vez que se vieron hablaron durante más de trece horas seguidas e iniciaron una correspondencia que, por sí misma, ha quedado como uno de los documentos más valiosos de la historia de la psicología. En una visita posterior de Jung, ocurrió el famoso incidente del "fantasma de la biblioteca". Mientras discutían sobre la realidad o la irrealidad de los fenómenos paranormales —ya supondrás la actitud de Freud en aquella época— hubo de pronto un tueite crujido en un librero que los hizo saltar de sus asientos. Tuvieron la impresión —lo confesaron los dos— de que el librero les iba a caer encima.

—Ahí tiene, profesor. Ese ruido fue una clara respuesta a nuestras dudas sobre lo paranormal —dijo Jung.

—Tonterías, no creo en eso —contestó Freud, Cogiéndose de hombros.

A—Pues para probarlo le aseguro que de un mo-
er>to a otro repetirá el crujido de la madera.

Y así fue.

Jung estaba convencido de que él los había provocado porque mientras hablaba con Freud había sentido cómo su diafragma se endurecía y calentaba en forma creciente.

> No sé por qué tenía tal certeza. Pero sabía con toda seguridad que el crujido iba a repetirse. Freud me miró horrorizado. No sé qué pensaba en esos momentos. En todo caso, este hecho despertó su desconfianza hacia mí y tuve la sensación de haberle hecho algo *malo*. Transcurrirían todavía varios años para que reconociera la realidad y la importancia de la parapsicología y de los fenómenos ocultos.

Pero el suceso no creó desconfianza en Freud, sino admiración, al grado de que nombró a Jung príncipe heredero de su teoría psicoanalítica. Al poco tiempo le mandó una carta en que lo dice en forma explícita:

> Es curioso que la misma tarde en que yo quería adoptarlo a usted formalmente como príncipe heredero del psicoanálisis, haya sucedido lo del espíritu golpeador. No niego que su experimento me impresionó. Pero se han repetido los ruidos y nunca en conexión con mis pensamientos, o en un momento en que lo recordara a usted y sus tan especiales problemas ocultos.

¿Quién podía psicoanalizar a Freud? ¿Quién podía psicoanalizar a Jung? ¿Quién podía psicoanalizar a los inventores mismos del psicoanálisis? Pues, Maty,

yo tengo la impresión de que lo hicieron uno al otro sin darse cuenta y casi destruyéndose. Sólo donde hubo una gran admiración y afecto puede darse después tal grado de aversión y rechazo.

Durante un viaje que ambos realizaron a Estados Unidos en 1909, Freud se desmayó cuando Jung estaba describiendo, con pelos y señales, unas momias encontradas en el norte de Alemania.

—¿Por qué tiene usted que hablar tanto de un tema tan desagradable? —había preguntado Freud, con un gesto de asco, un momento antes de caer de la silla.

Después le dijo que, a través de esa plática sobre las momias, se manifestaban los deseos asesinos inconscientes que el propio Jung tenía hacia Freud. Es cierto que el maestro andaba descubriendo complejos de Edipo e instintos asesinos por todos lados, pero también que Jung era un hombre de fuerte personalidad, impositivo e incluso con cierta violencia en sus ademanes.

Algo parecido sucedió en el Congreso Psicoanalítico en Munich en 1912, al final de una sesión y ya en el hotel donde se hospedaban. Ahora Jung hablaba sobre un faraón egipcio que manifestó tal odio hacia su padre que ya muerto éste mandó quitar las inscripciones sagradas del sarcófago para impedirle descansar en paz en el otro mundo. En ese instante, pácatelas, Freud cayó de nuevo desmayado de la silla. Sus discípulos lo rodearon asombrados. Jung lo tomó en brazos y lo llevó al sofá de una habitación contigua.

> Mientras lo llevaba en brazos comenzó a volver en sí. Nunca olvidaré la mirada que me dirigió. En

su impotencia, me miró como si yo fuera su padre. Lo que provocó este desmayo —la atmósfera estaba muy tensa— fue, igual que la vez anterior, la fantasía sobre el asesinato del padre. Cuánto podía afectarle el tema para provocarle esos desmayos.

En efecto: cuánto podía afectarle el tema, puesto que él descubrió, en lo más profundo de su propia mente, los impulsos destructivos hacia su progenitor, algo que aún hoy relativizan algunas escuelas psicológicas. Una de las más importantes críticas que le hizo Freud —y que en buena medida motivó la separación—, es que Jung diera un carácter *simbólico* al complejo de Edipo; esto es, dentro de su concepción infantil del mundo, el niño no desea la destrucción *real* de su padre, sino tan sólo la de un supuesto padre *interior*, del que tiene que liberarse para ser independiente. En este sentido, la madre significa lo inasequibles ideal, aquello a lo que hemos de renunciar los humanos en interés de la civilización.

Escucha qué forma tan poética de Freud de culminar su crítica a Jung por *desexualizarel* complejo de Edipo:

En realidad, se ha escogido en la sinfonía del suceder universal un par de tonos civilizados, y se ha desatendido la poderosa melodía primitiva de los instintos.

La música elegida por Freud, supongo, tendría que ser más bien una danza de caníbales con taparrabos y pieles en los hombros. Emitirían un canto

ensordecedor, ululante, y tocarían un tambor en forma frenética. ¿Cuál de las dos músicas reflejará mejor nuestra condición humana?

A pesar de haber mirado a Jung como lo miró, y quizá por un efecto de compensación, Freud tenía una abierta actitud patriarcal y autoritaria hacia sus discípulos. Cuando vino la ruptura definitiva —Freud no aceptaba una sola corrección a su teoría—, Jung le mandó una carta en que decía:

De esta forma, usted consigue hijos o esclavos o perros sumisos. Soy lo bastante objetivo para darme cuenta de su truco. Usted va por ahí husmeando los actos "sintomáticos" de la gente que lo rodea, reduciéndola al nivel de hijos o hijas. Usted se instala allá arriba como padre, y además suponiéndose un santo. Por pura amabilidad, nadie se ha atrevido aún a bajar al profeta tomándolo por las barbas... (Los defectos de los demás) se reducen a nada comparados con la inmensa viga en el ojo de mi hermano Freud...

¿Te imaginas decir esto a quien, confesó Jung, en algún momento dio sentido a su vida y a su trabajo? Pesada la cartita al maestro, ¿no te parece? En especial eso de bajarlo de su pedestal tomándolo por las barbas. A Freud se le debe haber caído de la boca el puro que fumaba (se fumaba veinte al día). Wilhelm Reich escribió que los conflictos con su padre auténtico eran, literalmente, cosa de niños, junto a los que le había provocado Freud. Por supuesto, Reich fue expulsado del grupo incondicional de discípulos freudianos con cajas destempladas.

Los discípulos debieron sentirse felices cuando Freud echó a Jung del grupo, con algo más que cajas destempladas: lo llamó "traidor", "Judas" y "mocho". ¿Cómo ves? A quien pocos años antes había llamado "hijo predilecto" y "príncipe heredero". A los discípulos incondicionales les sería a partir de ese momento mucho más fácil el acceso al maestro. Aunque, como era de temerse, también entre ellos empezaron a propinarse golpes bajos y a ponerse zancadillas por ocupar el lugar del "hijo predilecto" y sentarse a los pies del maestro. Nada tan deprimente como comprobar que aun las personas inteligentes —o muy especialmente ellas— terminan practicando una disciplina de la que debes huir: la "psicología de lavadero", que tiene sus reglas y su lenguaje propio: las ofensas y las majaderías. Hay un libro de Paul Roazen que se titula *Freud y sus discípulos*, en el que los pleitos ya no parecen entre psicólogos —fundadores del psicoanálisis— sino más bien entre comadres. Ya más adelante tendrás que asomarte a ese chismorreo.

Jung se quedó lastimosamente solo y con un grave "complejo" (él, que inventó la palabrita) de inferioridad. Colin Wilson dice: "En una pelea entre marido y mujer, el que tiene más amigos es el que tiene la razón" y, era obvio, Freud no sólo tenía más amigos, sino fama internacional.

El mundo entero se le vino encima al pobre de Jung. Para acabarla de amolar, su mujer lo pescó siéndole infiel con una de sus pacientes y lo obligó a refugiarse en lo alto de una torre —una especie de estudio-consultorio sin agua potable ni luz eléctrica— que él mismo había construido con un maestro de obras en el campo, frente a un gran lago (¡y

un lago suizo!). Debió ser una experiencia muy especial psicoanalizarse con Jung en aquel sitio.

De tener un carácter extrovertido, Jung se convirtió en un introvertido nervioso y deprimido. Fue él quien hizo esa clasificación de introvertido y extrovertido, que tan bien define la actuación de una persona en relación con su vida interior o su vida exterior.

Su mujer dijo: "Se ha convertido en otro hombre". Estaba tan preocupada que hasta escribió a Freud a escondidas de su marido: "No soporta permanecer distanciado de usted". Freud, por supuesto, no contestó. Jung estaba al borde de la locura:

> Vivía en continua tensión y tenía a menudo la impresión de que un alud de piedras caía sobre mí. Una tormenta desencadenaba otra. Que pudiera superar la crisis era cuestión de fuerza bruta. Otros se habían estrellado ahí, como Nietzsche o Hölderlin. Pero había en mí una fuerza demoniaca que me hacía resistir. Practicaba el yoga para tranquilizarme en la medida de lo posible. Pero apenas me relajaba un poco, volvía a dejarme llevar por las imágenes y las voces interiores.

Agrégale la soledad, ya que había reducido considerablemente el número de pacientes a los que atendía porque hasta su propia capacidad como terapeuta ponía en duda:

> Si un hombre del siglo xvi se instalase en esta torre sólo serían nuevos para él la lámpara de petróleo y los cerillos; con el resto se sentiría familiarizado. Nada molesta aquí a los muertos, ni la luz eléctrica

> ni el teléfono, pues las almas de mis antepasados sobreviven en la atmósfera espiritual de este recinto, y doy respuesta a cuestiones que dejaron pendientes durante su vida en este mundo.

Lo cual significa que en realidad no estaba solo en lo alto de su torre:

> Tengo la viva impresión de que estoy bajo la influencia de situaciones o interrogantes que quedaron sin respuesta para mis padres y abuelos.

Cargaba no sólo con sus problemas —que eran terribles, como habrás visto— sino también con los de sus parientes muertos, quienes eran de lo más demandantes:

> Posiblemente las almas de los muertos no saben sino lo que sabían en el momento de su muerte y nada más. De ahí sus esfuerzos por penetrar en la vida para participar en el saber de los hombres. Con frecuencia guardo la sensación de que nos rondan y esperan saber la respuesta que les daremos.

Te va a parecer extraño, pero quizás esa compañía tan demandante —por más que se tratara de meros fantasmas— lo ayudó a curarse. No te rías, porque la realidad es que le impidió quedarse de veras solo y dio sentido a sus reflexiones y a la ayuda que prestaba. Ha de ser de lo más gratificante orientar a un muerto en sus paseos por el más allá. Además, la verdad es que siguió siendo un gran terapeuta y no pudo evitar que en poco tiempo su agenda estuviera de nuevo saturada.

En este sentido, es posible entender por qué fue Jung quien inspiró a Bill W. a fundar *Alcohólicos Anónimos*, el único sitio en donde es posible curar el alcoholismo. Sólo te salvas en la medida en que trabajas para los demás. O, simplemente: en que escuchas a los demás. Durante una crisis, Bill W. estuvo a punto de recaer —beber una sola copa equivalía a suicidarse— en un pequeño pueblo de Estados Unidos, en donde no conocía a nadie que pudiera ayudarlo. Entonces se le ocurrió un último "truco": corrió a un hospital a buscar a un enfermo alcohólico. Había uno solo, con una depresión aguda. Cuando entró Bill W. el enfermo le dijo que no se molestara: ya nadie podía hacer nada por él. Bill W. le contestó: "No vengo a hacer algo por usted, sino a que usted haga algo por mí". Pasaron toda la noche hablando dentro del más vivo entusiasmo: el enfermo le contó su historia y Bill W. la suya. Buscaron a otros alcohólicos con los cuales aplicaron el mismo sistema de terapia a través de la palabra (lo que es decir de la confesión). Se reconocieron impotentes ante el alcohol y creyeron que sólo un poder superior podría proporcionarles la fuerza para mantenerse sobrios. Había nacido A.A.

En una carta de 1961, el mismo año de su muerte, Jung se lo dice con toda claridad a Bill W:

> Su deseo vehemente de alcohol era el equivalente, a un bajo nivel, a la sed espiritual por la trascendencia; expresado esto en lenguaje medieval, a la unión con Dios. ¿Pero cómo puede uno formular tal percepción en un lenguaje actual sin ser mal int-rpretado? Déjeme citarle el Salmo 42.1:

> *Como jadea la cierva tras las corrientes de agua, así jadea mi alma en pos de ti, mi Dios.* La única forma legítima para tal experiencia es que ésta le ocurra a usted *en realidad,* a través de un entendimiento más alto pero no solamente en forma intelectual. Así, puede ser conducido a dicha meta por un acto milagroso de la gracia divina, o por una educación purificadora de la mente como la que se practica en el misticismo. O, por último, como ha sido su caso, por el contacto personal y honesto entre amigos que han padecido el mismo mal y buscan el mismo fin, trabajando unos para otros.

Estarás de acuerdo que, por lo menos en relación con los alcohólicos, Jung demostró que su sistema funcionaba. Cuando dejas de mirar tu miseria interior y trabajas para los demás, te salvas. Si a eso te conduce el psicoanálisis, bienvenido sea. Sin embargo, el sistema freudiano insistiría en que mientras no vayas a rastrear en tu pasado las causas de tus males, no podrás considerarte en verdad curado, y estás en peligro de recaer en cualquier momento. ¿Será?

Carta VI

Crisis y sublimación junguiana

Querida Maty:

Te propongo un juego: vamos a aplicar a Jung el mismo escalpelo que utilizamos con Freud. Total, quién les manda enseñarnos a hurgar con el dedito en las heridas ajenas, ¿verdad? Durante el momento más agudo de su depresión, después de la separación de Freud, tuvo un sueño revelador. Se encontraba al lado de un salvaje negro, desconocido, en una solitaria montaña rocosa. Era poco antes del amanecer y había un cielo lechoso. Resonó a lo lejos el sonido ronco de un cuerno y apareció Sigfrido (héroe de la mitología germana) conduciendo un carro de huesos. Jung y el salvaje dispararon a mansalva sobre el héroe y lo mataron.

> Lleno de asco de mí mismo y arrepentido por haber destruido algo tan grande y bello, intenté huir, impulsado por el miedo a que descubrieran mi crimen. Por suerte, comenzaba a llover y las huellas de la sangre se borraron. Había escapado del peligro de ser descubierto; la vida podía continuar, pero me quedaba un insoportable sentimiento de culpa. En ese momento desperté.

Despertó, pero una voz interior le dijo que si no podía entender el sueño tendría que pegarse un tiro. En realidad, ya tenía un revólver cargado en la mesita de noche. Como verás, Maty, los padres del psicoanálisis tomaban muy en serio su papel de interpretadores de sueños, muy en especial los propios. Súbitamente le vino la solución: el héroe Sigfrido simbolizaba la ambición de los alemanes por imponerse al mundo (estaban en plena Primera Guerra Mundial); ambición con la que él debía acabar. Mataba un ideal, pero ese ideal era nacionalista, egoísta y ambicioso. Por eso, dice, al comprenderlo "experimenté una gran compasión hacia los hombres e incluso hacia la parte de mí mismo que acababa de aniquilar".

En ocasiones, hay que renunciar a los ideales del yo para alcanzar los aún más altos del Yo, que también tenemos, y que Jung relacionaba con las aspiraciones religiosas. Digamos, un Superego con un padre bueno y celestial, no malo y castrante como el freudiano.

Su interpretación estaba bien, ¿no te parece? En especial porque Jung tenía una problemática propensión hacia lo militar. Freud mismo le decía: "Usted es un soldado en potencia". En su sueño mató al soldado por una aspiración más alta y humana, pero años después resucitó en él con las simpatías que manifestó hacia el nazismo en sus inicios, algo imperdonable. Sin embargo rectificó: "Apenas empezaba el movimiento nazi y no podía darme cuenta de lo que era en realidad".

Eso por una parte. ¿Pero qué sucede si aplicamos al sueño la interpretación freudiana y suponemos que fue una realización de deseo? Entonces

resulta que Jung en verdad quería matar a alguien. ¿Quién era ese alguien? ¿Recuerdas lo que le dijo Freud cuando se desmayó por oírlo hablar obsesivamente de unas momias? Que Jung tenía deseos asesinos hacia él, hacia Freud. ¿No habrá algo de cierto en esto? Sobre todo porque basta con cambiar un poco el nombre de Freud, que es *Sigmund,* para que te dé *Sigfrido,* que también se conoce como *Sigurd.* ¿Cómo se le pudo escapar esa relación al maestro de la libre asociación de las palabras?

¿Qué hubiera sucedido si durante la interpretación de su sueño —y la posible relación de Sigmund, Sigfrido o Sigurd— medimos el pulso, el ritmo de la respiración y el sudor de la piel de Jung?

¿No estaba en un agujero mental por las imposiciones y luego el rechazo abierto de Freud? ¿Cómo salir de ahí si no aniquilando a quien lo había hundido? En una palabra: ilustraba con su sueño el deseo oculto de matar al padre opresor y castrante, que nos roba la vida. Un padre que, además, era judío. Él, a quien en algún momento sedujo la expansión germánica.

En relación con lo anterior, Jung creía que, aun las personas normales, son "varias personas". Por eso aconsejaba la escritura automática —variante de la asociación verbal—, practicada a solas en la tranquilidad de tu casa: es el medio ideal para descubrir nuestras voces ocultas. Ponte a escribir de corrido todo cuanto se te ocurra, sin atender la puntuación, y lo comprobarás. A un paciente con un problema de homosexualidad reprimida, logró hacerle ver (oír) la voz femenina que guardaba en el inconsciente. Aseguraba haber sacado a otro de la

neurosis mostrándole en sus escritos el "yo" sano que buscaba salida. Él mismo decía haber entrado en contacto con la parte más violenta de su personalidad a través de la escritura automática. Pero no sólo con la parte más violenta, sino también "con una mujer que lo acosaba desde su interior", algo que es difícil imaginar en un hombre de su personalidad.

Ahora vayamos a uno de los más famosos casos de Jung. Una hermosa joven judía lo consultó a causa de una grave neurosis de angustia. Había estado en un tratamiento anterior —quizá freudiano— pero no le funcionó. Mejor dicho, la dejó peor. Unas noches antes de recibirla, Jung había soñado con una mujer hermosa, muy enferma, que tenía un problema de fijación con su padre. A medida que la joven hablaba ya durante la sesión, él se dio cuenta de que ella era la mujer del sueño. (Eso de que tu psicoanalista sueñe contigo antes de la primera consulta debe resultar de lo más impactante, ¿no?)

Primero Jung no pudo detectar ningún signo de complejo paterno, como era de suponerse por el sueño premonitorio, pero cuando le preguntó por su abuelo ella se turbó, y él dedujo que ahí estaba la raíz del problema. El abuelo había sido un hombre admirable: un rabino, una especie de santo, un verdadero guía para quienes lo conocieron. El padre, por el contrario, era mundano y frivolo, había abandonado la fe judía y desdeñaba todo lo que tuviera que ver con la religión. En apariencia, la mujer se sentía más afín a su padre que a su abuelo. Jung insistió sobre el tema de la santidad. Ella contestó con afectación:

__Bah, tonterías, eso no existe. Sí, se cuenta que mi abuelo vivía entregado a la adoración de Dios y que incluso poseía el don de la segunda visión, pero es estúpido que alguien desperdicie así su vida. Como dice mi padre, hay que ser realistas.

Mira en consecuencia el diagnóstico de Jung:

> La vida completa de la mujer giraba en función de lo aprendido a través del padre: buena vida, coqueteos, vestidos y alhajas; incluso, una actividad sexual libre y desordenada. No conocía más que esto, y por lo tanto se sentía atrapada en el absurdo. En realidad, era una criatura elegida por Dios que debía cumplir sus secretos designios. Tuve que despertar en ella profundas ideas religiosas, pues pertenecía al reducido número de personas a las que se les exige una dedicación completa a las cosas del espíritu. ¡Gracias a eso su vida adquirió sentido y perdió todo rastro de neurosis!

Jung atacó de frente y sin una gota de duda en una siguiente sesión. Como quien dice, cambió el rumbo a la vía:

> —Voy a decirle algo que quizá no logre aceptar. Su abuelo fue un santo, y usted quisiera imitarlo'. Pero su padre renegó de la fe judía y se alejó de Dios, y usted se siente comprometida e identificada con él. Ahora escúcheme bien: usted en realidad es como su abuelo, padece esas crisis de angustia porque siente un profundo temor de Dios... Sólo un despertar espiritual y el regreso a Dios la pueden curar.

—¿Un temor de Dios? —pregunto la mujer, al borde de una de sus crisis de angustia.
—Como lo oye, la causa última de su neurosis es el temor de Dios.

La mujer terminó la sesión dentro de una notoria confusión, "como si un rayo la hubiera fulminado", apunta Jung. Pero resistió, dominó la angustia, y en las siguientes sesiones la dominó aún más, hasta alcanzar un alto grado de "individuación" (ser ella misma, volver coherentes sus sentimientos y sus anhelos). Hay que pensar, Maty, lo que sería esa revelación, dicha por un hombre como Jung, y en lo alto de aquella torre medieval iluminada por temblorosas velas.

Detengámonos un momento y supongamos que Freud presencia en forma invisible el tratamiento que está llevando a cabo su colega, al que apenas unos cuantos años antes llegó a considerar como su posible sucesor e incluso nombró presidente del Primer Congreso Internacional Psicoanalítico. ¿Qué diría Freud? Pues lo que de veras dijo: que ahí no había análisis de la transferencia (la relación emocional entre médico y paciente), del complejo de Electra (el equivalente en las mujeres del complejo de Edipo, es decir el deseo de la mujer por el padre y la rivalidad con la madre), que se requería meterse a los sueños de la mujer para buscar su contenido latente (el sentido oculto) a través de su contenido manifiesto (la fachada del sueño). Por el contrario, tal parecía que fueran los sueños de Jung los que importaran. En efecto, una de esas noches Jung tuvo otro sueño revelador con esa misma mujer. Después de una reunión social en su

casa, al marcharse, ella le pedía que le prestara su paraguas.

__Perdóneme doctor, pero ha empezado a llover y me voy a ir yo sola, a pie. ¿Me podría prestar un paraguas?

Jung así lo hacía. La acompañaba a la puerta, abría el paraguas ¡y se ponía de rodillas para dárselo, con la cabeza baja, como si ella fuera... una verdadera santa!

Su destino era marchar sola, a pie, bajo la lluvia, no tenía remedio, pero por lo menos él le rendía un mínimo tributo al arrodillarse a sus pies y reconocerle su condición de "elegida".

Así quién no se cura, ¿no?

Recordé otra frase de León Bloy que, de haberla escuchado, le encantaría a Jung:

> Sólo hay en nosotros una tristeza... la tristeza de no haber sido un santo.

Por eso, si quieres ser terapeuta jungiana, empieza por buscar su "numen" (lo sagrado) a las personas que te rodean. Te parecerá increíble pero casi todas la tienen, o deberían tenerlo pero apenas se les nota. Estoy de acuerdo: hay quienes hacen hasta lo indecible por esconder su "numen", y lo logran.

Naturalmente, Jung le contó enseguida el sueño a la mujer, quien ya no tuvo duda de que estaba siendo conducida por el camino correcto. Renuncio a las frivolidades en las que había vivido y se dedicó a imitar a su abuelo, sin una pizca de la antigua angustia y "dentro de una gran plenitud".

Jung nos dice:

> En este caso no empleé ningún método, sino que vi en ella la presencia del "numen". Se lo expliqué y esto determinó la curación. Repito que aquí no existió método alguno, aquí se impuso el temor de Dios.

Y agrega enseguida:

> Esta situación de mi paciente puede ser mucho más común de lo que se supone. He visto con frecuencia que los seres humanos se vuelven neuróticos cuando se conforman con respuestas insatisfactorias, banales, a las cuestiones centrales de la vida. Buscan una buena situación económica, un matrimonio bien realizado, lujos, reputación y éxitos externos, pero permanecen desgraciados incluso cuando los consiguen. Tales personas se sumen las más de las veces en una peligrosa estrechez espiritual. A pesar de que en apariencia lo tienen todo, su vida carece de sentido. Cuando logran despertar y desarrollan una verdadera vida espiritual, la neurosis desaparece en la mayoría de los casos.

Vamos a suponer que en verdad se curó la mujer. ¿Lo hubiera logrado también Freud con su sistema? ¿O hay pacientes que requieren una terapia freudiana y otros una jungiana? ¿Y si, por mala suerte, consultas al terapeuta equivocado? ¿Qué pasaría con uno de esos ateos acérrimos que aterrizara en el diván de un jungiano? ¿O al revés, un paciente muy vulnerable pero con una clara tendencia a lo espiritual, al que empezaran a escarbarle el alma por el lado de los deseos de muerte que tuvo hacia

" *Si*

su padre? ¿Lo curarían, lo pondrían peor? Cuidado, Maty. Tengo a la mano el caso de un buen hombre, hipersensible, al que exacerbó en forma desmedida el psicoanálisis. El terapeuta le dijo algo así como: "usted lo que necesita es sacar el resentimiento guardado, regrese a su casa a romper vidrios pendientes y se va a curar". Rompió los vidrios, pero también se destruyó a sí mismo. Por eso, ¿hasta dónde influye el terapeuta en el concepto de *salud* que adquiere el paciente? Freud nos advirtió que el problema de fondo del psicoanálisis... era el psicoanalista. Y algo peor: comparó el psicoanálisis con la cirugía, como te mencioné. Ya supondrás que ningún médico puede ir por el mundo operando a la gente a ver qué le encuentra adentro, sin un diagnóstico previo. Me temo que, quizá, la psicología es una disciplina aún más delicada, con la que no se puede trabajar a la ligera.

En una carta, y sólo de pasada, Jung vuelve a hacer referencia a la "hermosa judía" que curó en apenas unas cuantas sesiones de una neurosis de angustia y que, sin volverse una monja ni mucho menos, dedicó el resto de su vida a su religión y a obras de caridad, en el más absoluto anonimato, lo que habla muy bien de ella (duda de los santos que quieren hacerse famosos). No está mal, ¿verdad? Sobre todo, si así se realizó y fue feliz. Mucho mejor que haberla mandado a la casa de sus padres a romper vidrios pendientes. Jung comenta que su proceso de "individuación" fue casi inmediato a partir de que reconoció su verdadera vocación.

En esto hizo una aportación importante a la psicología: cuando los seres humanos se pasan la vida

haciendo la voluntad de otros —y qué difícil no hacer la voluntad de un padre dominante, por ejemplo— podrían compararse a los cangrejos.' El cangrejo es una criatura que tiene su esqueleto fuera; por dentro es totalmente blando (y en consecuencia vulnerable). En el momento en que el hombre descubre su "numen", la parte sagrada de su personalidad, se transforma en vertebrado: en una criatura con el esqueleto adentro. Desarrolla una espina dorsal, en el sentido más amplio del término. A partir de ese momento, fíjate, ya no importa que hagas la voluntad de otros, porque en el fondo sigues siendo tú misma. ¿Lo alcanzas a ver? Es fundamental. San Agustín decía: "ama y haz lo que quieras". Jung dijo: "ama y juega a lo que quieras".

Todos jugamos a ser alguien, a usar una máscara, casi inevitable para la convivencia. Tenemos que aprender a ser una "persona": la máscara que en el teatro griego llevaba el actor. Dice Jung:

> La "persona" es aquel sistema de adaptación por medio del cual entramos en relación con el mundo.

La cuestión es qué máscara nos ponemos. Dime qué máscara usas y te diré quién eres. Es indudable que la paciente de Jung vivió, durante su breve terapia, un profundo proceso de sugestión y autosugestión, y que *eligió* el camino que le señalaba su terapeuta: una máscara como cualquier otra, aunque con un precio muy alto (capaz que incluía su coronita de espinas) y su retribución consecuente. Pero hay un abismo entre esa sugestión, la autosugestión hacia las buenas obras y la sugestión

que, por ejemplo, provocaba Charcot a sus histéricas, hipnotizándolas con sólo mirarlas de reojo y poniéndolas a cuatro patas a ladrar como perras o a aletear como pájaros.

Todo es sugestión y autosugestión, no tiene remedio, nada más fíjate bien a qué te conduce.

En esto, Jung se adelantó al llamado psicoanálisis existencial de Jean Paul Sartre, en donde la clave es descubrir a qué juegas, a qué has jugado y, sobre todo, a qué quisieras jugar. Mira cómo nos describe Sartre a un mesero cualquiera:

> Va hacia el cliente con un paso un poco rápido. Se inclina hacia la mesa con una actitud ceremoniosa, un poco excesiva. Su voz, sus ojos, expresan interés un poco demasiado, llenos de solicitud para el pedido que le ha hecho el cliente, y que apunta diligente. Hace una ligera reverencia y con el mismo paso va rumbo a la cocina, un poco nervioso. Regresa, ensayando en su marcha el rigor inflexible de no se sabe qué robot, llevando la bandeja con una especie de temeridad en un equilibrio constantemente inestable y constantemente alterado, que restablece constantemente con un movimiento rápido del brazo y de la mano. Ahí sigue la charola, en su mano. Toda su conducta nos parece un juego. Encadena sus movimientos como si fueran mecanismos autónomos, gobernándose los unos a los otros; su mímica y su voz misma tienen la presteza y la rapidez inhumana de los robots. Juega, se divierte. Pero, ¿a qué juega este hombre? No es preciso observarlo mucho tiempo para darse cuenta: juega a *ser* mesero.

Si observas a tu alrededor, descubrirás que todos jugamos a *ser* alguien, y más vale aprendernos bien nuestro papel. Y desde ahora te lo advierto, Maty: cuidado con afectar los juegos de tu alrededor. No patees las canicas de nadie. Se nos puede perdonar casi cualquier cosa, menos el acto que afecta más profundamente la identidad de alguien: arrancarle la máscara.

Hagamos una breve digresión por este rumbo de las máscaras a ver a dónde nos lleva, si es que nos lleva a algún lado. Total, si nos perdemos podemos retomar a Jung, quien siempre nos regresará a la luz.

Víctor Frankl, creador de la logoterapia, narra un interesante caso en relación con nuestra actuación en el teatro de la vida. Resulta que los alumnos de una escuela iban a representar una obra en la que aparecía un tartamudo. En consecuencia —y bajo la influencia del humor negro de sus compañeros— se eligió para el papel precisamente al tartamudo de la escuela, que casi nunca falta. Sólo que una vez en el escenario el pobre no pudo tartamudear, con lo cual, sin pretenderlo, además se vengó de sus malosos compañeros. Digo sin quererlo, porque él quería tartamudear, quizás era la única ocasión en su vida en que quería representar bien el papel que le había asignado el destino: ser el tartamudo de la escuela.

—Tartamudea —le decía un compañero que estaba a su lado, dándole un codazo—. Estás echando a perder la obra.

—Es que no puedo tartamudear, te lo juro —contestaba el dizque tartamudo, con una perfecta dicción.

Frankl llama a este fenómeno "ley del esfuerzo inverso". El tartamudeo es producto de un estado nervioso alterado. El que lo padece da a cada acto de su vida cotidiana una importancia tan exagerada que su inconsciente —como un bombero inoportuno—, decide encender las señales de alarma, descargar una sobredosis de adrenalina, producir sudor y, claro, alterar el habla. La idea de Frankl es convencer al bombero de que no hay tal peligro; por el contrario, se trata de una maravillosa situación de conquista y de triunfo, con la cual también debe colaborar (ya ves que los bomberos ayudan en casi cualquier cosa). Entonces ese mismo inconsciente te provee de una fuerza milagrosa, no calculada, para realizar tu difícil misión. Tartamudeas *si quieres* tartamudear o no tartamudeas *si no* guie/deshacerlo. Eres dueña de ti y del mundo. Una estratagema con el inconsciente similar a la que emplea Tom Sawyer para conseguir que sus amigos lo ayuden a pintar una barda: finge que la tarea lo divierte. O sea: juega a pintar la barda.

En este momento, quiero suponerlo, tú estás jugando a que posiblemente quieras jugar a ser psicóloga. Si lo reconoces como tal, como un simple juego, lo relativizas y en consecuencia lo juegas mejor. (¿No el motivo de estas cartas fue tu pregunta de por qué me parecía divertida la psicología?) Por eso otra de las claves es la relajación. Los grandes actores están relajadísimos al actuar, te lo aseguro. No creo pecar de exagerado al afirmar que los seres humanos mantenemos hoy un grado de vigilancia y ansiedad muy superior al que necesitarnos para vivir (sobrevivir). De ahí las úlceras, los infartos, las migrañas, los insomnios, la presión

arterial por las nubes, las alergias... ¿Le sigo? Pero también —alguna ventaja tenía que haber— la sobrecarga de trabajo de los psicólogos. Trabajo no te faltará.

El escritor inglés, Colin Wilson —quien por cierto tiene una buenísima biografía de Jung— • lo explica así:

> El inconsciente cumple su misión según instrucciones de la mente consciente, y no al revés como creía Freud. Por su parte, esa mente consciente sigue las indicaciones del mundo circundante, al que explora como un radar. Cuando despierto por la mañana, "exploro" el día que me espera, preguntándome cuánta energía necesito para atravesarlo. Si es la primera mañana de unas lindas vacaciones en la playa, necesito —y obtengo— una gran provisión. Si se trata en cambio de una húmeda mañana de lunes, "mi corazón se hunde" y me cuesta un esfuerzo sobrehumano levantarme de la cama.

Podríamos agregar: me cuesta un enorme esfuerzo levantarme de la cama y ponerme la máscara de todos los días. En las vacaciones en cambio podemos quitárnosla por momentos. Sólo por momentos. Bueno, según a dónde vayas de vacaciones y con quién. Hay quienes las toman con una maleta extra de máscaras, obsérvalos.

En este terreno ha habido, a pesar de los freudianos ortodoxos, importantes avances. Abraham Maslow creó una psicología básicamente optimista, reconociendo que la mayoría de las personas sanas experimenta una "retroalimentación

positiva" —en ocasiones cercanas al éxtasis— casi todos los días de su vida. Piénsalo y con toda seguridad la encontrarás en ti misma. Alguna melodía recién descubierta, una plática especial con una amiga entrañable, el párrafo poético de un libro, no falta. La importancia de la observación de Maslow reside en cómo la gente sana ha aprendido el truco de regular su economía vital para producir esas experiencias-pico-de-entusiasmo (hasta el nombrecito suena alentador). Nos equivocaríamos si dijéramos que viven esas experiencias porque tienen la suerte de estar sanos. Es al revés: han logrado que la mente inconsciente responda a una sugestión positiva, pero también de significado, lo que les garantiza la salud física.

Esto del significado es esencial. Si las cosas tienen sentido, atraparán tu atención y no te aburrirás (huye del aburrimiento, es la bestia negra de la vida). El hombre necesita para desarrollarse "devorar" significados, tanto como el niño necesita comer para crecer. Cuanto más profunda sea su capacidad de asombro, cuanto más amplia su curiosidad, mayor será su vitalidad y más fuerte su apego a la existencia. Volvamos a las vacaciones. De pronto, una tarde —de preferencia no te pongas la máscara— encuentras sentido en no hacer nada, en estar sentada en una terraza porque afuera llueve. Pero ver (y oír) cómo esa lluvia escarcha el paisaje te llena de tal sensación de plenitud que no te cambiarías por nadie en ninguna otra circunstancia. Todo está bien y tú te encuentras en donde, desde siempre, tenías que haber estado.

Nuestro problema no radica tanto en el limitado alcance de nuestra conciencia —se dice que utili-

zamos menos del siete por ciento de nuestra capacidad cerebral, y eso los ya doctorados— sino en la pobreza del *valor* que atribuimos al universo que habitamos. Aguas.

Al contrario de las experiencias-pico-de-entusiasmo, el tedio todo lo consume y lo priva de sentido. Entonces somos capaces de hacer lo contrario de lo que *realmente* quisiéramos hacer. Casi todas las tonterías que cometemos son producto del aburrimiento. En *El abogado honrado,* de Goethe, una joven y hermosa mujer recién casada, modelo de virtud, termina obsesionada por la idea de cometer adulterio a causa de que tal pensamiento la horroriza. Mientras más la horroriza, más la atrae. En realidad, no tiene otra cosa en qué pensar. Se trata del mismo principio del "esfuerzo inverso" de Víctor Frankl. Los pensamientos negativos se retroalimentan y hacen que la mente se llene de energía estática, semejante a una ampolla a punto de estallar. En ese estado, la necesidad de sentimientos intensos —la más básica de todas las necesidades psicológicas del ser humano, apúntalo— puede transformarse en un sentimiento de pánico. Finalmente, la culpa y la angustia son preferibles a la insoportable sensación de vacío, y *jugamos a cualquier juego,* por destructivo que parezca a primera vista.

En la siguiente carta regresaremos a otro "jueguito" de Jung: la teoría de la sincronicidad. Vete aprendiendo esta frase de Borges para empezar a entenderla:

> Todo encuentro casual era una cita.

Caita VII

Teoría de la Sincronicidad

Querida Maty:
Nos dice Jung:

> Una mujer de cierta edad a la que estaba yo tratando tuvo un sueño en el cual se le entregaba un escarabajo de oro. El detalle era de lo más significativo en el contexto del análisis. Mientras me narraba este sueño yo estaba sentado con la espalda hacia una ventana cerrada. De pronto oí un repiqueteo detrás mío. Me di vuelta y vi un objeto volador que golpeaba desde afuera contra el vidrio de la ventana. La abrí y la extraña criatura entró en la habitación. La atrapé en el aire. Era un escarabajo de oro, de los que se pueden encontrar en nuestras latitudes: el conocido *cetonia aurata* que, contrariamente a sus hábitos normales, había sentido la urgencia de introducirse en una habitación en penumbra, y en aquel momento en particular.

¿Fue una casualidad? Jung lo descarta. Más bien, su paciente *atrajo* al escarabajo de oro al tenerlo tan presente. ¿Te das cuenta de lo que esto significaría, Maty? Jung lo dice con toda claridad: "la mente puede hacer que las cosas sucedan". De una u otra

forma, sea cual sea la explicación del hecho, lo habrás vivido en alguna ocasión: toparte en la calle con alguien en quien pensabas, o que te llame por teléfono la amiga a la que ibas a marcarle, o que entres por primera vez en un lugar en el que crees haber estado antes, o que sueñes con algo que te sucede al día siguiente. La vida diaria está llena de esas "casualidades" que calificamos como tales porque no hay forma de programarlas o de comprobar su carácter intencional.

¿Por qué nos suceden las cosas? ¿De veras "un encuentro casual es lo menos casual del mundo", como dice Cortázar? Me sucedió cuando conocí a tu mamá. Yo tenía una cita de trabajo con tu abuelo —a quien no conocía— en su oficina a las once de la mañana. Por tener que asistir a un velorio no calculado, pregunté si podía llegar un poco más tarde. La secretaria —lo tengo muy grabado— me dijo que tendría que ser hasta el día siguiente, no había lugar antes. Acepté, pero iba a colgar cuando me detuvo: acababa de descubrir en la agenda del director una cita cancelada por la tarde de ese mismo día, a las cinco, podía tomarla. Yo también dudé: estar a las cinco de la tarde en Reforma y Avenida Juárez complica cualquier comida en el sur, pero no hubo más remedio. Una vez con tu abuelo —que era el director de la compañía— salió a colación la UNAM, en donde yo daba clases. Comentamos algo sobre Gastón García Cantú y tu abuelo me dijo que su hija, quien por cierto acababa de estar ahí con él, necesitaba conocerlo, quizá pudiera yo presentárselo. La trataron de alcanzar en los elevadores, pero no fue posible. A la salida del edificio, tampoco. Tu abuelo insistía con la secretaria: que busca-

ran a su hija (hoy tu mamá) en el estacionamiento, cómo era posible que no la encontraran si acababa de marcharse. Yo suspiraba y miraba por la ventana la barahúnda de la calle. Bastante trabajo teníamos pendiente como para, además, esperar a que localizaran a la hija del director por los alrededores del edificio, esperar a que regresara a la oficina, hacer una cita con ella para llevarla a conocer a García Cantú.

Apenas la vi lo supe: "era ella".

Tu mamá, por su parte, tenía más de un año de no ir a la oficina de su papá. Aquel día fue, *casualmente*, porque también tuvo una cita por el centro, que le cancelaron a última hora. O, sea, ni siquiera fue en forma expresa. Lo más inaudito de todo, me parece, es que la hayan alcanzado en el estacionamiento, a punto de subir a su auto. Un par de minutos más y no la encuentran.

¿No te parece que son demasiadas casualidades? ¿Y si yo no tengo el velorio y llego por la mañana a la oficina de tu abuelo? ¿Y si no han cancelado previamente la cita de las cinco? ¿Y si a tu mamá no le cancelan la suya? ¿Y si no sale a colación el tema de la UNAM? ¿Y si tu abuelo no insiste hasta la desesperación en que busquen a tu mamá? ¿Y si ya no la alcanzan en el estacionamiento? ...

Cuando planteo a tu mamá qué hubiera sucedido si, como parecía lo más probable, no nos hubiéramos encontrado ese día, ella contesta sin una gota de duda:

—Hubiéramos chocado en el Periférico.

Forma un poco más aparatosa de encontrarse, pero que trasluce una fe en que el azar (que en realidad no es tal) hace bien las cosas, encuentra Por sí solo las piezas para armar los rompecabezas.

Todos los encuentros que en el mundo ha habido son iguales: se dan después de una infinidad de caminos cruzados y entrecruzados. En ocasiones, como me sucedió al ver entrar a tu mamá en la oficina de tu abuelo, es posible prever lo que nos está reservado. Quizá lo prevemos más de lo que suponemos. Hay quienes lo tienen más claro, y atraen con más facilidad sus "escarabajos de oro". Julio Cortázar fue uno de ellos. Por algo "¿Encontraría a la Maga?" es la primera línea de su novela *Rayuelo*,. Él las suscitaba, y luego la realidad confirmaba sus intuiciones, reforzaba sus premoniciones. Años después de haber publicado el libro, y refiriéndose muy probablemente a la persona real que había inspirado el personaje de la Maga, declaraba:

> Hace cierto tiempo me sucedió una cosa, de las que me han sucedido toda la vida y que para mí es un hecho fantástico aunque cualquier teórico diría que no fue más que el cumplimiento de una pura casualidad, palabrita sospechosa.
>
> Yo conocía a una mujer con quien no tenía ninguna relación pero hubiera querido tenerla. Y ella también conmigo. Estábamos muy separados geográficamente, y había habido un largo silencio epistolar por razones que podían explicarse por ambas partes. En un momento dado, un día lunes me llega una carta de esta mujer, aquí a esta casa. Me dice que está en París y que ojalá pueda verme. Yo estoy en la antevíspera de la partida de un viaje de tres meses y de ninguna manera quiero que ese encuentro sea el típico *rendez vous* en un hotel para después separarse. Por eso le contesto la

> carta diciéndole que no nos veremos, que cuando vuelva del viaje podremos encontrarnos. Sé que voy a hacerla sufrir porque ella hubiera preferido un encuentro episódico aunque yo no, porque veo las cosas de otra manera. Mandé la carta a las cuatro de la tarde y ella tenía que recibirla al otro día. Esa noche yo tenía una cita con un amigo en un teatro por el lado del Marais, y caminé mucho vagando por la ciudad porque no quería llegar temprano. En una esquina determinada me crucé con una mujer, era una esquina bastante sombría del Quartier Latin. No sé por qué nos volvimos, nos miramos, y era ella.
>
> París tiene unos nueve millones de habitantes, esa mujer había mandado su carta sin saber si yo estaba aquí; si la recibiría o no, mi carta de respuesta debía llegarle al otro día; el domicilio de ella quedaba muy lejos del mío.
>
> Matemáticamente analizado, yo creo que esto no se puede defender con las leyes aristotélicas. Hay una serie de cosas, de combinaciones que nos llevaron a los dos a caminar en esa dirección y a cruzarnos precisamente en ese punto. Que, para mayores datos, era una esquina donde sucede un episodio muy importante de una novela mía. O sea, que incluso el lugar de ese encuentro increíble formaba parte de una constelación que escapa a toda racionalidad.

Como ves, en efecto, "todo encuentro casual era una cita", y creo que lo mejor es "dejarlas llegar", sin perder nunca la capacidad de asombro.

Pero creo que nadie lo ha planteado en forma más bella que el filósofo Arthur Schopenhauer:

Sí, has leído bien. Lo que dice ese señor es más o menos esto: en contra de lo que suponían los materialistas —o los mecanicistas—, el Universo no es un caótico conglomerado de materia, y para que exista, todos lo estamos pensando. Tú también "creas" el Universo con tu conciencia, con tus deseos, con tus recuerdos, con tus planes, con tus juegos. Pero en especial con tus sueños. Fíjate cómo lo decía Schopenhauer: "un gran sueño soñado por el Deseo de Vida", y que se trasmina a todos y enlazado entre todos. Algo como lo que sucede en un cuento chino que se escribió trescientos años antes de Cristo:

> Chuang Tzu soñó que era una mariposa. Al despertar ignoraba si era Chuang Tzu que había soñado que era una mariposa o si era una mariposa y estaba soñando que era Tzu.

¿No será que nuestro cerebro trabaja únicamente con el siete por ciento de su capacidad para no enloquecer? Imagínate que se te colaran de repente sueños ajenos, como el de la mariposa. O que pudieras vivir una vida paralela, con una Maty, igualita a ti, en algún otro lugar del inundo. O que pudieras asomarte al futuro y vieras como serás dentro de algunos años, o viajar en el tiempo y conocer a tus tatarabuelos. Mejor te concretas a preparar la clase del día siguiente, o si estás de vacaciones a ver cómo escarcha la lluvia el paisaje, mientras permaneces protegida en una terraza bebiendo un refresco.

Jung sufrió un infarto masivo al miocardio a los sesenta y ocho años. Lo mantuvieron vivo a base

de oxígeno e inyecciones de alcanfor. Pero él atravesó una frontera, según dijo después. Tuvo ese tipo de visiones que experimentan las personas que han estado suspendidas entre la vida y la muerte. "Noche tras noche flotaba en un estado del más puro éxtasis". Cuando la mañana se acercaba, se entristecía: "Ya se acerca nuevamente la mañana gris; ya viene el mundo con su prisión insufrible". A medida que se fue recuperando físicamente, las visiones fueron cesando. Pero en realidad Jung no las consideró visiones, sino una forma de penetrar en la "otra" realidad, en la "verdadera" realidad: "No fueron producto de mi imaginación o algo parecido a una alucinación; fueron algo absolutamente real".

La experiencia produjo un cambio sustancial en su personalidad. Aún viviría dieciséis años más, durante los cuales dejó de preocuparse por aparecer ante el mundo como el científico-serio que, desde los tiempos de su amistad con Freud, quiso ser. Cambió de máscara y se descaró respecto a sus ideas de lo "oculto" y del "más allá". Ahora no tenía duda de que podemos tener percepciones independientes del cuerpo, del espacio y del tiempo. Adelantándose a lo que en la actualidad ha descubierto la doctora Elisabeth Kübler-Ross, creadora de la tanatología, disciplina que trata terapéuticamente a los enfermos terminales, Jung menciona, además de su caso, el de una paciente que estuvo a punto de morir después de un parto muy complicado. De pronto se encontró suspendida en el aire, sobre su propio cuerpo, contemplándose. Vio con detalle el trabajo del médico y de sus ayudantes. Incluso, vio entrar a su marido, a quien el

médico algo preguntaba sobre elegir entre la vida de la mujer o la del niño. Detrás de ella —lo sabía pero no podía verlo— había un paisaje maravilloso, unas lejanas montañas perfilándose en el cielo destellante del amanecer, que en realidad era la entrada al "otro mundo". Sabía que si lo miraba se sentiría tentada a no regresar a su cuerpo, de modo que mantuvo sus ojos en dirección opuesta, intentando concentrarse en el bebé que acababa de traer a la Tierra. Cuando despertó, contó a sus familiares y al doctor lo que había visto, y todos estuvieron de acuerdo en que los detalles que mencionaba coincidían con lo sucedido en el quirófano.

¿Por qué menciona Jung este caso precisamente al final de su teoría de la sincronicidad? Su propia experiencia de traspasar la frontera entre la vida y la muerte lo había convencido de que el alma puede viajar fuera del cuerpo, lo cual implicaría de alguna forma la realidad de la vida después de la muerte. Poner tales experiencias junto con la teoría de la sincronicidad es como sugerir lo que ya apuntábamos antes, en relación con la física cuántica: que los seres humanos estamos implicados en un proceso de gran significación universal y que *podemos influir* en ese proceso, de pensamiento en pensamiento y de instante en instante. Quizá por eso Chesterton hablaba de renunciar a las ventajas del pesimismo, porque el optimismo implica demasiadas responsabilidades. Todas las religiones, nos dirá Jung, apuntan a eso.

Carta VIII

El Conductismo

Querida Maty:

En *Un mundo felfa,* de Aldous Huxley, el amor individual, foco de todos nuestros males (aunque también de nuestros más altos bienes), es combatido mediante un decreto implacable en favor de la promiscuidad, permitiendo que —durante ciertas horas del día— los ciudadanos puedan hacer el amor con quien se les pegue la gana, apenas se cruce en su camino; por supuesto, mediante las medidas profilácticas que el caso requiera (en *Un mundo feliz* no hay SIDA). Para respaldar esta sexualidad indiscriminada se requería una sabia medida previa: prohibir la problemática relación madre-hijo. Los bebés se producían en probeta o bien se les arrebataba del siempre enfermizo hogar familiar, para criarlos en un ambiente no contaminado con el complejo de Edipo y demás tonterías, innecesariamente dolorosas.

Igual que en toda utopía (el lugar que no existe), la de Huxley revela lo que hay detrás de estas ingeniosas suposiciones de un futuro posible: el miedo cerval al desorden de la vida liberada a su propio discurrir. Por eso suprimen siempre la espontaneidad, la imprevisibilidad, y encasillan la existencia dentro de un estricto sistema de jerar-

quías, controles, prohibiciones y funciones preestablecidas.

La utopía representa por lo general una inconsciente nostalgia por ese estado de total entrega y sumisión al clan, a la horda, a la tribu, con su falta de responsabilidad individual —que para una inmensa mayoría de personas es la única forma de la felicidad—, y que encarnan las sociedades primitivas, anteriores al nacimiento del "yo" como tal. ("Yo ya no quiero ser yo", es un grito de lo más común en los manicomios).

En la otra gran utopía del siglo xx, la novela *1984*, de George Orwell, los métodos educativos son aún más rigurosos. Los personajes son sometidos a torturas inconcebibles —meter en un cuarto lleno de ratas a quien tiene fobia a las ratas— apenas se apartan mínimamente de la norma establecida. También, se practica operaciones para extirpar la imaginación (a la que, por cierto, Santa Teresa llamó "la loca de la casa"). Cualquiera que sea el método empleado —la persuasión, la tortura, el lavado de cerebro o la mutilación— las autoridades educativas están alertas día y noche para ejercer una feroz vigilancia sobre los educandos, a través de pantallas de televisión y robots. La censura literaria es un importante respaldo. Los poetas son los primeros en marchar al exilio.

Las "buenas intenciones" de éstas y muchas otras utopías —de las que, como lo supondrás, los libros mencionados son una parodia, con una implacable crítica implícita— han encarnado entre nosotros en una corriente psicológica: el conductismo, que ha tenido gran aceptación a últimas fechas, muy especialmente en Estados Uni-

dos, sociedad con una clara tendencia a programarlo todo, como habrás visto.

El conductismo lo fundó J. B. Watson a mediados del 1900 y se basa en la premisa de que la psicología es, simplemente, el estudio de la conducta humana, excluyendo todos los conceptos "subjetivos" que no pudieran observarse en laboratorio, como las sensaciones, las percepciones, las intuiciones, el deseo y aun el pensamiento. O sea, por sus puros movimientos los conoceréis. Watson pretendía poder criar a un niño para que llegara a ser cualquier cosa —artista, banquero, ateo, creyente, delincuente, santo, soldado, pacifista—, siempre y cuando se le diera carta blanca para criarlo y educarlo. Cuando le preguntaron sobre la herencia y los condicionamientos biológicos, contestó: "no los veo, y si no los veo puedo pasarlos por alto".

Puedes concluir que, por atenerse sólo a lo que tiene a primera vista, el conductismo es un movimiento psicológico absolutamente miope. Pero esto implicaría un (pre)juicio y nos dejaría también a nosotros en la superficie. Veámoslo un poco más a profundidad.

El conductismo es inseparable del nombre de Pavlov y su experimentación con perros que, en pocas palabras, consistía en sustituir un estímulo inicial por un reflejo condicionado. Así, el perro, que saliva cuando recibe un trozo de carne (estímulo inicial), salivará también cuando oiga el tintinear de una campana que vaya acompañado a la presentación de la carne.

Primero Pavlov hacía sonar la campana y después de unos segundos, acercaba el plato de carne picada al perro. Al principio no salivaba al oír el

tintineo, aunque lo hacía copiosamente mientras comía. Pero, ya lo supondrás, a base de repetir el sonido de la campana, el perro terminó por relacionarlos y adelantó la salivación antes siquiera de ver la comida. Lo mismo que nos pasa a nosotros cuando escuchamos el crepitar de unas deliciosas palomitas de maíz en el horno de microondas.

Pavlov descubrió que todo fenómeno natural puede convertirse en reflejo condicionado: un sonido, un color, un olor, un pinchazo y hasta un ligero roce en la piel. Y no sólo para la excitación, sino también para la inhibición. Te parecerá increíble (e indignante, te conozco), pero Pavlov logró provocar verdaderas neurosis caninas al combinar, y poner en conflicto, algunos de esos procesos de inhibición y de excitación.

Por ejemplo, sustituía la campana por un par de dibujos. El perro aprendía a discriminar cuál dibujo se relacionaba con la presentación de la comida y cuál no. Pero Pavlov los cambiaba gradualmente o los hacía cada vez más parecidos, con el fin de confundir al pobre perro. Cuando en definitiva ya no lograba identificarlos —de repente, con uno de ellos le llevaban la comida, de repente no, de repente con el otro dibujo, de repente los intercambiaban, salivaba, no salivaba, llegaba la comida, no llegaba—, el perro terminaba por presentar síntomas "muy extraños": ladraba, aullaba, temblaba de miedo e incluso, era lo más frecuente, intentaba destruir los dibujos.

O cómo ves este otro experimento, Maty: el perro creaba primero el reflejo condicionado con la presentación de la carne y el sonido de la campana. Luego, le presentaban la carne y en lugar del

tintinear habitual, lo ponían a crisparse de dolor con un toque eléctrico. Si tenía suficiente hambre, las primeras veces el perro se comía la carne a pesar del dolor, que lograba inhibir en buena medida. Pero si cada vez era mayor el toque eléctrico —y en sus experimentos Pavlov era implacable—, el perro ya no sabía qué onda, y simplemente permanecía como pasmado, pero sin dejar de salivar, ante la apetitosa ración de carne picada.

Otra combinación era sonar la estimulante campana, pero en lugar de la deliciosa carne habitual le presentaban una comida repugnante, intragable.

Los perros enloquecían, te lo aseguro. A los feroces los volvía mansos, y al revés. Si le has llevado a tu propio perro —que es una lata—, lo hubiera dejado a la medida de nuestros deseos en unas cuantas semanas.

Por supuesto, se presentaban sorpresas imprevisibles e inoportunas. Tal es el caso de la náusea que provocaba en un perro la sola presencia de Pavlov o de su ayudante, con lo cual no hubo manera de condicionarlo por ningún lado. O la del perro que, tras el toque eléctrico, no comió la carne pero sí lanzó mordidas a diestra y siniestra apenas se acercaron a él. Aun dentro del terreno de los reflejos (bien) condicionados, existen las excepciones y los insurrectos, no hay remedio.

La verdad es que sus experimentos fueron de lo más revolucionarios (se le dio el Premio Nobel en 1904) y actualmente su método se utiliza, con variantes, en un buen número de prácticas profilácticas. Por ejemplo, en la desintoxicación de los dipsómanos o en el famoso parto sin dolor. Este último, por ejemplo, supone que el dolor tiene como

causa principal reflejos condicionados de temor y angustia, fomentados por el medio social y familiar. Se trata entonces de "descondicionar", capacitar a la mujer para dirigir su parto mediante la práctica de la autosugestión consciente, de dicha y realización "naturales", acompañada de una educación respiratoria y abdominal.

Hay una película titulada *Naranja mecánica,* de Stanley Kubrick, que ilustra a la perfección los beneficios —es un decir— del sistema de Pavlov aplicados a la delincuencia. A un joven pillo lo obligan a asociar lo que más amaba —la música de Beethoven—, con escenas de violencia y *electroshocks.* Lógicamente, se regenera, se vuelve una planta viviente y desarrolla una fobia a la violencia, pero también a la *Sinfonía Coral.* (Acuérdate que en las utopías, los estados emocionales intensos son siempre peligrosos.) Termina por resultar tan atroz el procedimiento, que uno piensa en la Comisión de Derechos Humanos. La verdad es que, en ciertas circunstancias, podemos —y debemos— compadecernos aun del peor de los delincuentes.

El conductismo hunde sus raíces en el utilitarismo de nuestra época, para la cual resulta muy práctico. No trata de averiguar *quién* eres, sino qué eres capaz de hacer y cuál será tu rendimiento. Su éxito en Estados Unidos obedece a su voluntad de atenerse a lo observable, lo controlable, lo mensurable. Como bien dice el psicólogo Fernand-Lucien Mueller:

> Cualquiera que pueda ser el interés de las investigaciones emprendidas por el conductismo, se apo-

> ya siempre en una apuesta difícil de aceptar: la eliminación de la subjetividad. Cuando Watson dice que no ha descubierto jamás el papel de la conciencia en ninguna acción humana, que no consigue ni "encontrarla" ni "definirla", ya no nos queda nada que argumentarle. Apenas es necesario decir que la conciencia no puede ser definida, porque es ella la que define...

Más brillante que el simplón de Watson, es su continuador, el doctor Skinner. Su psicología es "la ingeniería del comportamiento" y su objetivo hallar los refuerzos adecuados para producir el "comportamiento deseado", sea el que sea. En lugar del modelo pavloviano, Skinner habla de otro más eficaz a través del placer. Cree que el "refuerzo recompensatorio es más eficaz que el punitivo". (Lo que se hubieran ahorrado los pobres perros con él.) Por ejemplo, a Pepito no le gusta la sopa de avena. En un escenario posible, la madre de Pepito lo obliga a tomarla a la fuerza, con la amenaza constante de que su padre lo agarrara a cinturonazos si no lo hace. Pepito tomará toda su vida la sopa de avena —aunque en realidad la odie— por el temor a los simbólicos cinturonazos de su padre. En otro escenario, la madre le dice que si la toma tendrá un regalo especial, o una doble ración de pastel, o más dinero el domingo, o quizá Pepito se conforme con la mirada dulce de la madre y una sugestiva caricia en el pelo. Es decir, la madre administra "refuerzos positivos". Al final, dice Skinner, a Pepito le gustará *de veras* la sopa de avena, sobre todo si los refuerzos aumentan su positividad: más pastel, más dinero, más caricias.

(Me temo que tú habrías decepcionado a Skinner: no hubo manera de que tomaras nunca, bajo ningún sistema, una sola cucharada de sopa de avena.)

Skinner cree que el hombre es maleable como plastilina, sujeto siempre a las influencias sociales y que nada de su "naturaleza" puede considerarse obstáculo determinante para alcanzar una sociedad feliz..., tipo *Un mundo feliz,* de Huxley, precisamente. Por eso su sistema atrae tanto a los políticos neoliberales, que hallan en él argumentos muy sólidos con los que defender su optimismo.

Skinner va tan lejos en eso de que todo es determinado por el medio social, que dice:

> Las alabadas facultades creadoras del hombre, sus realizaciones en el arte, la ciencia y la moral, su capacidad para "elegir" dentro de un medio social, son cosas que sin excepción carecen de importancia en el nuevo contexto científico. Ningún caso tiene ya hacer responsable al ser humano de los triunfos o fracasos que el medio social, con sus continuas fricciones y roces, determinó.

Lo cual equivale a decir que *Pedro Páramo* no fue escrito por Juan Rulfo, sino por el México posrevolucionario de mediados del siglo xx. Ve nada más que cosa más curiosa, Maty. ¿Es que Skinner sostiene que la convergencia de presiones sociológicas chocó de tal modo sobre la ciudad de Sayula, Jalisco, hacia el 1918, que a la fuerza tuvo que nacer ahí un tal Juan Rulfo, con todas sus peculiaridades físicas y mentales? ¿Y quiere esto decir también que si el susodicho Juan Rulfo hubiese muerto a

consecuencia de alguna enfermedad infantil —abundaban—, otra madre de Sayula hubiera necesitado engendrar un duplicado exacto del extinto para restablecer el equilibrio sociológico y contar con un *Pedro Páramo,* obra literaria de tanta necesidad para reafirmar la identidad de los mexicanos?

Ya podrás comprender por qué su libro principal se titula *Más allá de la libertad y la dignidad,* aspectos que Skinner desprecia olímpicamente. En menos de una página descarta los posibles factores genéticos del ser humano. No hay en el libro la menor referencia a datos de la psicología constitucional en función de la cual fuera posible escribir la biografía completa y realista de un individuo: las características de su cuerpo, de su temperamento, de sus dotes intelectuales y, por supuesto, de su ambiente social.

Sólo le interesa saber cómo nos movemos. Le parece ocioso y secundario preguntarse *por qué* nos movemos. Pero el movimiento por sí mismo es engañoso. Huxley se lo dice:

> Consideremos una libélula, un cohete y una ola rompiéndose. Los tres son ilustraciones de las mismas leyes fundamentales del movimiento, pero cada uno de ellos ilustra estas leyes de un modo distinto y la diferencias son tan importantes como las identidades.

Por eso también, Huxley afirma que las causas del cambio histórico son de tres clases: las transformaciones económicas, las ideas políticas y los individuos importantes. En consecuencia, si Napoleón no hubiera existido, la historia de Francia sería di-

ferente: lo mismo, sin Fidel Castro es probable que Cuba anduviera por otros rumbos. Y la novelística mexicana sería otra sin ese escritor, único e irrepetible, que se llamó Juan Rulfo.

Por supuesto, hay un buen número de aspectos (prácticos) en los que el conductismo tiene razón. Por ejemplo en la crítica al psicoanálisis y su inflexible interpretación de los sueños. Ahí da en el clavo. Porque el mismo sueño es a menudo interpretado en sentido totalmente diferente, incluso por analistas de la misma escuela o tendencia. Parece por tanto que si una de las explicaciones es correcta, todas las otras deben ser falsas. Sin embargo, no se nos ofrece ningún medio concreto y científico para decidir cuál es la explicación correcta, ni se descarta la posibilidad de que todas sean ciertas o, lo peor, que ninguna guarde relación con la realidad. Ante esto, si el pobre paciente tiene la mala suerte de cambiar de analista —y sucede con frecuencia—, se siente como los perros de Pavlov cuando les mandaban señales contradictorias respecto de la entrega de su alimento. Los psicoanalistas argumentan que la prueba de que la interpretación es correcta estriba en el hecho de que el paciente acepta esa interpretación —y qué remedio: con lo que cuesta la sesión—, o que mejora después de realizada. Pero como nada es comprobable, seguimos dentro de un terreno muy nebuloso. Los pacientes de terapeutas freudianos, lo que es bastante significativo, sueñan regularmente con los símbolos sexuales freudianos, mientras que los de terapeutas jungianos lo hacen con arquetipos. Se dice que un paciente ha logrado curarse cuando, gracias al poder de persuasión del tera-

peuta, acepta la teoría de éste sobre la naturaleza humana. Todo esto es cierto, Maty, hay que estar precavidos, y no por eso necesariamente volvernos conductistas o psiquiatras de los que todo lo curan con *electroshocks*. Cuidado. En psicología casi todo está por hacerse (y contradecirse), lo que tiene ventajas y desventajas. Por eso, pienso que lo ideal sería que el terapeuta desempeñara simplemente el papel de guía en una difícil excursión por las montañas, indicando el mejor sendero a seguir, o a evitar. Debería aclararse —con absoluta humildad— que el analista es un guía no demasiado seguro del camino. Porque si bien es un experto en ascensiones a las montañas, no ha trepado aún *esta montaña en particular*. Y este hecho torna tanto más deseable la participación activa del paciente.

Pero decía que el conductismo tiene importantes logros dentro de la psicología moderna. Algunos síntomas, como las fobias —miedo a las culebras, a las arañas, a los espacios abiertos o cerrados, a las alturas—, pueden ser tratados con muy buen resultado por el conductismo. Lo llaman "desensibilización", e implica la introducción gradual del objeto o situación temidos mientras el paciente está muy relajado, mientras más relajado, mejor. Acercan al paciente a la situación o al objeto en forma gradual, muy poco a poco, evitando el pánico (que volvería a condicionarlo). Lógicamente, el miedo termina por volatilizarse. El problema, ya lo supondrás, es que al no atender la fuente de la fobia, ésta puede retornar por otro rumbo y con otra máscara, incluso con una sintomatología más peligrosa. Pero bueno, cuando te enteras de la cantidad de gente que no soporta aparecer en público y estudió la

carrera de actuación, o que le dan vértigo las alturas y es aviador, o que tiene fobia al agua y heredó un yate, lo mejor es descondicionarlo de esa fobia y que luego se las arregle como pueda.

Te voy a mostrar un típico caso de claustrofobia —combinada con agorafobia— que, dicen, curó el conductismo. Lo relata la doctora Jean Baer:

> Cada día vivía con mayor miedo. La cosa más pequeña —por ejemplo ir al supermercado— me llenaba de terror. Me mareaba, tenía palpitaciones. Apenas salía a la calle, sentía que perdería el control y comenzaría a gritar. Literalmente, flotaba en el espacio. La sensación comenzaba en las rodillas y se irradiaba a todo el cuerpo. Así que renuncié a salir a la calle sin mi marido.

Así describía su vida Carolyn Hopper en 1982. Hoy tiene cuarenta años y, nos asegura la doctora Baer, es una reconocida abogada en Nueva York. Imposibilitada de servirse del transporte público, durante tres años la llevó su marido en auto a la universidad. Luego de pasar su examen final debió enfrentar un dilema atroz: "No puedo caminar sola por la calle ni tomar el metro ni coger un elevador. Tendré que trabajar en un primer piso, no hay remedio". Por desgracia vivía en Nueva York y no en Mérida, Yucatán, donde no hay edificios. Así, su primera proposición de empleo fue con una firma famosa que tenía su despacho... en el piso cincuenta y cinco de un rascacielos. Desesperada, fue a ver a la doctora Baer y le preguntó con ese tono de angustia existencial a lo Julia Roberts: "Tengo esta entrevista en un mes. ¿Podrá curarme?"

El tratamiento se centró en los ataques de pánico: convencerla de que su situación era delicada pero no grave, y de que no peligraba su vida ni haría un papelón en público. Empezaron a trabajar con la fobia a los elevadores, puesto que Carolyn tenía esa entrevista en el piso cincuenta y cinco, que tanto le significaba. La doctora Baer dividió el tratamiento en cuatro partes:

> — *Relajación.* Le enseñé algunos ejercicios de relajación y se los grabé en una cinta de manera que pudiera practicarlos en su casa dos veces al día. *El objetivo:* darle un método práctico de control cuando estuviera dentro del elevador
>
> — *Desensibilización sistemática en la imaginación relacionada con el viaje en elevador y sus pensamientos angustiosos. Propósito:* reducir la intensidad de su miedo. En mi consultorio, Carolyn imaginó varias situaciones de miedo en una escala ascendente: "Mañana deberé viajar en elevador"... "Entro en un edificio y veo la horrenda puerta gris de un elevador"... "Estoy entrando en un elevador"... "Entro en un elevador y no hay elevadorista"... "Estoy sola en él"... "El elevador empieza a subir"... Luego de cada pensamiento aterrorizante, Carolyn debía relajarse. Hasta que lograra imaginarse la situación sin miedo no podía pasar a la siguiente.
>
> — *Exponerse a la vida real.* Nada de escaleras. La tarea: subir y bajar en el elevador de su edificio —vivía en un segundo piso— varias veces al día.
>
> — *Desensibilización sistemática en la imaginación de su miedo principal a los ataques de pánico y a sus sensaciones corporales. Propósito-,* disminuir la

> intensidad de su miedo y las consecuentes descargas de adrenalina. Carolyn trabajó en escalas jerárquicas alrededor de las situaciones: "Estoy mareada"... "Siento que mis rodillas se debilitan"... "Voy a tener un ataque de pánico"... Siempre relajándose y dominando cada pensamiento paralizador antes de pasar al siguiente.
>
> Llegó el día de la entrevista. La cita era a las nueve y media de la mañana. A las nueve y veinte me llamó histérica por el celular y me dijo: "Doctora, estoy en el vestíbulo, del edificio. ¡No puedo entrar en el elevador, se lo juro!" Por teléfono le puse los ejercicios de relajación y le ordené: "Ahora camina hasta el elevador y métete en él".
>
> Carolyn recuerda: "Lo hice como si estuviera hipnotizada por la doctora (no era hipnosis; la había condicionado a un estado de relajamiento). Durante todo el viaje me tomé del hombro del elevadorista. Estaba mareada y creí que me iba a desmayar. ¡Pero lo logré! ¡Cuando llegué al piso cincuenta y cinco tuve ganas de besar al elevadorista! En realidad, creo que lo hice".

Carolyn no logró ese trabajo. Sin embargo, dos semanas después consiguió el empleo que aún conserva en otra prestigiosa firma cuyo despacho está en el piso cuarenta y siete. Continuó el tratamiento durante dos meses más, siguiendo el método de desensibilización sistemática (eventualmente dominó su pensamiento más paralizador: "¡Tendré un ataque de pánico y haré un papelón en público!"). También realizó cierto tipo de tareas como ir al trabajo en autobús en vez de abordar un taxi o ir de compras a las tiendas más populosas. Hoy su vida es otra.

Interesante el método conductista, ¿no es verdad? Y práctico, no hay duda. Pero algo es indudable: la atmósfera social de este caso es, ya, el fondo del problema. O sea, el anhelo de éxito económico (y en Nueva York), los rascacielos, las grandes firmas de abogados, las citas de trabajo inaplazables. Todos los ingredientes del industrioso cine de Hollywood. Qué distinta habrá sido la atmósfera en la torre medieval jungiana (y en Suiza), con sus techos altos y sus velas temblorosas, en donde sin remedio Jung encontraba que el problema neurótico de sus pacientes era el temor a Dios. ¿Tú en qué sitio hubieras preferido tomar una terapia, Maty? Pregunta de lo más sintomática para una joven psicóloga.

Otro aspecto valioso del conductismo es el referente a los *tests*, las encuestas y los experimentos en laboratorio. Hay uno que te quiero narrar, a ti que te interesa tanto el tema de la violencia. El autor del experimento fue el doctor Stanley Milgram, de la Universidad de Yale, y se llamó "Aprendizaje programado de la memoria y la obediencia". Agárrate.

Los participantes eran cuarenta hombres (aunque en realidad actuaban ochenta, ya verás por qué) de entre veinte y cincuenta años, de New Ha ven y comunidades vecinas. Se consiguieron mediante un anuncio en el periódico y a Través de solicitudes directas por el correo. Los que respondieron creían, en efecto, que iban a participar en un estudio muy serio de "memoria y aprendizaje" de la Universidad de Yale, con todo el *glamour* que ello implica, y que además no se prolongaría más de unas cuantas horas. La selección fue rigurosa. En la muestra había una amplia gama de ocupaciones: vendedo-

res de seguros, empleados de correos, profesores, ingenieros, taxistas y jornaleros. El nivel educativo abarcaba desde los que no habían terminado la primaria hasta los que se habían doctorado o tenían algún título profesional. Se les pagó cien dólares por adelantado.

En cada experimento había un torturador (el cual desconocía su papel como tal), que en realidad se llamaría maestro, y una víctima (cómplice del experimentador) que se llamaría alumno. Se ideó un pretexto para justificar la administración de un *electroshock* a cargo del ingenuo torturador-maestro. La explicación era más o menos la siguiente:

—Se trata de saber cuánto contribuye un cierto grado de dolor para el aprendizaje y desarrollo de la memoria.

—Casi no se han realizado experimentos en este sentido y para la universidad son de una importancia trascendental.

—Es un experimento cien por ciento científico, el prestigio de la universidad lo avala.

—El doctor Stanley Milgram es una eminencia en su especialidad, no hay ningún riesgo.

—No sabemos cuál es la mejor edad para practicar el castigo aleccionador y queremos averiguarlo.

—Por eso juntamos personas de diferentes edades y ocupaciones, y pedimos a algunos de ustedes que hagan el papel de maestros y a otros de alumnos.

Se sacaron papeletas de un sombrero para averiguar quiénes serían maestros y quiénes alumnos. Pero había una trampa: las ochenta papeletas estaban arregladas y decían "maestro", de tal modo que los cuarenta participantes representarían irremediablemente a tal personaje, y el resto —aleccionados por el experimentador para fingir la papeleta contraria— al alumnado.

Todo parecía muy divertido. Se echó a la suerte el orden en que trabajarían y los horarios. Los que esperaban su turno tenían tiempo para visitar la cafetería e incluso, si así lo preferían, ir un rato a sus casas y luego regresar. Todos se saludaban y sonreían; había un ambiente de lo más amigable. La primera pareja de maestro y alumno entró en el laboratorio .

El alumno era amarrado con correas a una silla que imitaba una silla eléctrica, pero que por supuesto nadie nombraba como tal. El experimentador explicaba que las correas resultaban indispensables para impedir el movimiento excesivo cuando se recibía el castigo aleccionador, y también para hacer imposible la huida.

Se sujetaba un electrodo a la muñeca del alumno, con una pasta especial "para evitar ámpulas y quemaduras". Se les decía que el electrodo estaba unido al generador de *electroshocks*, en una cabina contigua.

La instrucción era sencilla: el maestro debía administrar un toque eléctrico al alumno cada vez que diera una respuesta equivocada. Además —y ese era el *quid* del experimento— debía "poner en un nivel más alto el generador si continuaban las respuestas equivocadas". También debía anunciar el nivel del voltaje antes de administrar el toque, con el fin de que el experimentador conociera la intensidad del castigo.

—Trescientos diez...

—Siga, por favor, el alumno volvió a equivocarse.

—Trescientos veinte.

—Un poco más. Vamos a ver si con este nuevo "toque" logramos avivar los conocimientos que tiene guardados en la memoria.

—¿Usted cree?

—Estoy seguro. Venga.

Y el maestro acataba la orden y giraba un poco más la palanca para otro "toquecín".

El alumno, quien fingía el dolor y las convulsiones, se "equivocaba" en promedio tres veces por cada una que acertaba, según "anunciaba" el experimentador con abierta ostentación.

—¡Cierto!

—¡Falso!

—¡Deje de equivocarse, por favor! ¡Usted sabe que puede recordar, haga un nuevo esfuerzo! ¡Maestro, déle una nueva descarga eléctrica, hágame el favor!

Antes de los 300 voltios, apenas si había señales de molestia. A partir de ahí, el alumno empezaba a quejarse abiertamente, se retorcía como culebra por el dolor, por la angustia insufrible, hasta patear una pared cercana, convulsionar, intentar zafarse de las correas y pegar de gritos.

Cuando el alumno decía no resistir más (y en algún momento todos así lo fingían), el experimentador hacía una pausa y le explicaba:

—Le suplico que nos comprenda, el experimento requiere que usted continúe. Resista. Su umbral del dolor mejorará notablemente después de esta prueba.

O:

—No hay remedio, tiene usted que seguir. Estamos a punto de terminar. Su contribución a la ciencia será de enorme valor.

O:

—Le aseguro que es un dolor inocuo, aguante un poco más y todos se lo agradeceremos.

El tono de voz del experimentador era firme pero no descortés. El alumno —con supuestas lágrimas en los ojos— siempre "aceptaba" continuar.

Al maestro le provocaba compasión el alumno a quien castigaba, pero aún más importantes eran las órdenes del experimentador y la "trascendencia" de un estudio para dizque desarrollar la memoria. Y en la Universidad de Yale.

¿Cuáles fueron los resultados del experimento? Lee este reporte:

> Los sujetos que hacían el papel de maestros dieron señales de alto nerviosismo una vez que comprendieron bien a bien en qué consistía el experimento, lo que aumentó en forma visible al empezar a administrar las descargas eléctricas. En gran número de casos, el grado de tensión nerviosa llegó a extremos rara vez vistos en estudios sociopsicológicos de laboratorio. Se veía a los sujetos sudar, temblar, balbucir, morderse los labios, gemir y clavarse las uñas.
>
> Catorce de los cuarenta sujetos tuvieron ataques de risa nerviosa. En uno de ellos se observaron risas tan convulsivas —casi parejas al supuesto dolor convulsivo que él provocaba— que hubo necesidad de hacer una pausa. Se trataba de un vendedor de enciclopedias, de cincuenta y dos años, que luego se sintió muy apenado. En las entrevistas postexperimentales, los sujetos se empeñaban en señalar que no eran sádicos y que la risa no indicaba que estuvieran gozando cuando propinaban los toques eléctricos a los alumnos.

En contra de lo que se suponía, ninguno de los cuarenta sujetos se detuvo antes del nivel de *shock* 300, en que la víctima empezaba a quejarse abier¬tamente y retorcerse por el dolor. Sólo cinco de los cuarenta se negaron a continuar. Otros protesta¬ron, pero fueron convencidos por el amable expe¬rimentador.

—No, si se trata de eso, mejor no. Regreso el dinero, discúlpeme.

—Hombre, ya había usted aceptado. Alteraría el orden del experimento si se marcha ahora. Las des¬cargas eléctricas incluso tonifican el cuerpo. Es un trabajo muy importante para la universidad. Intén¬telo un poco, vamos.

Otros cuatro administraron sólo un toque eléctrico más y se marcharon, un tanto indignados. Uno de ellos, sólo uno de ellos, gritó un insulto al experimen¬tador. Dos se interrumpieron en el nivel de los 330 voltios y uno en el de los 345, otro en los 360 y otro más en los 375. Así pues, un total de catorce partici¬pantes (35 por ciento) renunciaron a continuar.

Los que continuaron (el 65 por ciento) lo hacían dentro de una gran tensión y daban muestras de temor y culpabilidad, pero continuaban hasta don¬de se les indicaba. Después de aplicar los toques máximos (más de supuestos 400 voltios) y darse por concluido el experimento, la mayoría de ellos suspiró de alivio, se enjugó el sudor, se frotó los ojos o buscó nerviosamente un cigarrillo. Algunos agitaban la cabeza y parecían arrepentidos de haberlo hecho.

—Qué duro, qué duro fue. ¿Lo hice bien? ¿Muy bien? ¿De veras, doctor? —preguntaban, dentro de sentimientos claramente ambivalentes.

Sólo dos de ellos estuvieron en apariencia relaja¬dos durante todo el experimento y movían la pa¬lanca con una calma pasmosa.

Los resultados, según el doctor Milgram, son re¬veladores:

> El primer descubrimiento fue la tendencia a "obe¬decer". Los sujetos habían aprendido desde la in¬fancia que es una falta contra la moral dañar a otra persona, pero veintiséis sujetos "normales" de un total de cuarenta, abandonaron ese principio si¬guiendo las instrucciones de la autoridad (el ex¬perimentador). El segundo efecto no previsto fue la extraordinaria tensión creada por los procedi¬mientos. Uno supondría que cualquier persona "normal" suspendería su intervención en el expe¬rimento si le molestaba tanto, pero la verdadera molestia parecía ser salirse del juego, de la "actua¬ción" a la que se había comprometido.

Cuidado con las actuaciones en que te comprome¬tes, Maty, hay juegos que nos arrastran más allá de nuestra voluntad. Agrega el doctor Milgram:

> Vi llegar al laboratorio a un hombre sonriente y confiado, vendedor de seguros, que a los veinte minutos de iniciado el experimento parecía un gui¬ñapo y estaba al borde del colapso nervioso. Su¬daba, se retorcía las manos y sin embargo accionaba la palanca de los *electrosbocks* con renovado es¬fuerzo. Hubo un momento en que se llevó la mano a la frente y gritó: "¡Dios mío, que ya se acabe esto!", pero seguía obedeciendo a cada palabra del experimentador, y así hasta el final.

> Esta lucha con la propia conciencia parecía común, pero resaltó más en algunos individuos Otro de ellos decía en forma obsesiva y dolorosa: "¡No puedo, doctor, no puedo!", al tiempo que accionaba la palanca.

Erich Fromm, que incluye la descripción del experimento en su libro *Anatomía de la destructividad humana,* dice:

> El experimento es ciertamente un examen profundo no sólo de la crueldad sino sobre todo de la obediencia y conformidad a patrones sociales establecidos. Casi parece simular una situación que todos hemos visto en la vida real: la de los activistas o militares o policías o huelguistas que llegan a conducirse en forma extremadamente cruel y destructora por cumplir órdenes superiores. Es también la historia de los generales alemanes sentenciados en Nuremberg como criminales de guerra.

Y también:

> Al parecer, había en los participantes poca o ninguna oposición a los crueles actos que estaban ejecutando. Habría que preguntarse por qué. Una respuesta posible es que en el fondo gozaban haciendo sufrir a su prójimo y no sentían remordimientos al estar su comportamiento sancionado por la autoridad. Otra posibilidad es que la mayoría de ellos —y hay que recordar que se trata de personas comunes y corrientes— eran profundamente egoístas, insensibles y aisladas respecto a lo que podía sentir ese prójimo.

Sé lo que estás pensando: el personaje más cruel de todos era el tal doctor Milgram, autor del experimento. Acuérdate de las técnicas que había aprendido con su maestro Pavlov. Además, como el conductismo no cree en el "individuo" sino en la "masa" —en una "masa" programada, lo que es peor— ya supondrás que no se tienta el corazón para este tipo de experimentos, sea con perros o con nosotros, sus prójimos bien amados.

Carta IX

El Pragmatismo

Querida Maty:

En una carta anterior decíamos que cuando Freud estudiaba medicina —finales de la década del 1870—, se creía que las enfermedades mentales tenían un origen puramente físico. Con sus atisbos revolucionarios de la mente humana, y la estructuración que de ella hizo, Freud puso un punto y aparte en la historia de la psicología. Ya supon¬drás entonces que antes de él —a pesar de ilustres excepciones y de las valiosas aportaciones de poe¬tas y filósofos—, el terreno que vislumbramos es más bien desértico. Con razón Freud decía: "Mi la¬bor fue por completo independiente y no sé de ninguna influencia que pueda achacárseme"; y tam¬bién, recordarás, él insistía en que le había propi¬nado el tercer golpe mortal a la vanidad humana —los otros se los dieron Copérnico y Darwin— con el descubrimiento del inconsciente, que nos obliga a replantear el lugar que ocupamos en el universo. Quizá por eso dicen que Jacques Lacan, uno de los psicoanalistas más afamados de los últi¬mos tiempos, cuando le preguntaban sobre la his¬toria de la psicología, contestaba: "Hablemos de cosas serias y centrémonos en Freud". Incluso, ante la situación actual de la psicología —su pulveriza-

> mor en la boca del estómago, y con una sensación de la inseguridad de la vida que no había conocido nunca, y que no he vuelto a sentir. Fue como una revelación; y aunque los sentimientos inmediatos se desvanecieron, la experiencia me ha hecho comprender desde entonces los sentimientos mórbidos y nerviosos de los demás. Gradualmente fue cediendo, pero durante meses fui incapaz de entrar a solas en un lugar oscuro.

Esto es lo que los alcohólicos llaman "tocar fondo", cuando ya no puedes caer más bajo. A partir de ese momento crítico, o rebotas y subes de nuevo a la superficie, o pierdes la razón y dejas de ser "tú". En la figura macabra del idiota sentado en la banca en posición casi fetal, James nos muestra no sólo su mal, sino al hombre mismo convertido en bulto, en "cosa", en un autómata carente de todo sentido para el vivir y el morir. ("Sólo lo que da sentido a nuestra muerte, le da sentido a nuestra vida".) Por eso, dice, la salida tenía que encontrarla en el camino opuesto: la humanización plena, esto es: el libre albedrío. Escribió en su diario: "Creo en el libre albedrío a partir de que lo empecé a poner en práctica". ¿Y cómo lo ponía en práctica? Muy sencillo: descubrió que a pesar de todos sus males, todavía podía elegir entre un pensamiento y otro, y que si quería curarse "ya sabía cuáles pensamientos debía elegir", porque "todo pensamiento es deseado", con lo cual, además, se puso en la antesala de los descubrimientos de Freud. Los diferencia el acento de James en lo religioso, al grado de que sus libros más famosos se titulan *La voluntad de creer* y *Las variedades de la experiencia religiosa.*

Hizo una breve lista de actitudes concretas a seguir:

—Mientras conserve un rayo de conciencia, debo elegir y no permitir que la vida —o los otros— elijan por mí.

—Debo hacer del sistema nervioso mi aliado y no mi enemigo.

—Todo pensamiento produce cambios químicos en el cuerpo.

—No debo luchar contra los malos pensamientos, simplemente preferir los que están a favor de la vida y la salud.

—Hay que volver automáticas y habituales, tan pronto como sea posible, la mayor cantidad de "acciones benéficas".

Comprendió que había perdido el tiempo intentando buscar la verdad (la Verdad), lo que sólo aumentaba su depresión. "Al diablo con las discusiones de café sobre la posible existencia de Dios". , Porque la verdad de una idea no es una propiedad estancada, implícita en ella misma. La verdad le *ocurre* a una idea. Se *convierte* en verdadera, es *hecha* verdadera por los acontecimientos. La verdad es un proceso: el proceso de verificación.

Esto es muy importante para el estado de ánimo, nos dice James. Por lo general, la persona deprimida parte de que el mundo *está hecho y* apenas puede influir en él. Cuando comprende que *todo está por hacerse,* cambia su visión de las cosas y se despierta-el sentido de responsabilidad. Hay un renacimiento, en el que todos estamos incluidos. Por eso también James abogaba por sistemas políticos democráticos, abiertos lo más posible a la participación ciudadana. Todo lo preestablecido —en lo

familiar, en lo religioso o en lo político—, lo que nos obliga a pensar y actuar de cierta manera condicionada, nos deshumaniza. No es que debamos negar una tradición, sino descubrir *su verdad* por nosotros mismos.

Como James era, además, un gran escritor —Borges lo consideraba uno de los grandes prosistas de la lengua inglesa— ilustra su teoría con imágenes admirables. Por ejemplo, dice que el pragmatismo está en medio de nuestras ideas y teorías como un pasillo lo estaría en un hotel. A ese pasillo se abren innumerables habitaciones. En una se puede encontrar a un escritor ateo demostrando apasionadamente la imposibilidad de la existencia de Dios. En otra habitación un fanático reza y se flagela en nombre de su fe. En la de más allá un químico investiga las propiedades de un cuerpo. Alguien discute con calor una teoría socialista ante un interlocutor que sólo cree en la democracia. Bien, pero como las habitaciones dan al mismo pasillo, todos tendrán que salir y cruzarlo si es que quieren poner en práctica sus ideas. Por eso el pragmatismo, más que un método, es una actitud ante la vida.

Escribe James:

> Los movimientos futuros de las estrellas o los hechos de la historia pasada están ya determinados de una vez para siempre, me agraden o no. Se me dan sin tener en cuenta mis deseos. La naturaleza no puede cambiar el pasado en favor de mis pensamientos. Tampoco puede cambiar el curso de las estrellas o de los vientos. Ah, pero sí que cambian nuestros cuerpos de conformidad con nuestros pensamientos y, valiéndose del instrumento

> que ellos le ofrecen, cambian otras muchas cosas, quizá las estrellas mismas.

Apasionante, ¿no? Es curioso cómo se enlaza esta teoría con otras tres que hemos subrayado. La budista: no puedes cortar una flor sin alterar una estrella; la de Jung, según la cual nosotros estamos *creando* el universo con nuestras acciones, nuestros pensamientos y nuestros sueños; y, por último, la de la física moderna, en la que ese universo empieza a parecer a los científicos más un gran pensamiento que una gran maquinaria. Y, bueno, quizá de veras todo tiene que ver con Todo.

James aclara enseguida: la fe a que se refiere no tiene connotaciones mágicas. Si quiero aprender el arte de la medicina, primero debo conocer el cuerpo humano y sus enfermedades. Pero este conocimiento teórico no me hace de ninguna manera un médico, sino la práctica consecuente y, aún más, la entrega apasionada y total a mi profesión. La fe tiene que transformarse en acción y es esta acción la que, formando hábitos, modifica nuestro entorno y nos modifica a nosotros mismos, *de instante en instante*. Otro ejemplo que le gustaba poner a James es el del alpinista que —seguro de alcanzar la cumbre— encuentra sentido a cada paso de su ascensión. ¿Cómo podemos saber que vamos por el camino correcto? No hay sino una pista: la alegría que provoca en nosotros. Por eso, un viaje lleno de ilusiones y esperanzas es mejor que la llegada a cualquier posible meta.

> La fe crea su propia demostración. Tened fe y tendréis la razón porque os salvaréis; duda y también

> tendréis la razón porque pereceréis. La única diferencia es la de que es mucho más ventajoso para vosotros el creer.

Pero es *Las variedades de la experiencia religiosa* el libro más famoso de James, tanto por su alta factura poética como por su influencia en casos de conversión religiosa. Tan sencillo y a la vez tan complejo que deberíamos leerlo con la actitud del niño que lentamente viajaba con un dedo por los mapas de los atlas, con una creciente capacidad de asombro. ¿Eso somos también los seres humanos? Parece increíble que puedan experimentarse tales estados de éxtasis celestial después de conocer los más bajos fondos del infierno.

Pronunciado como una serie de conferencias en Edimburgo en 1901, el libro apareció en junio del año siguiente. A pesar de su tema —James lo aclara enseguida—, la obra tiene una manifiesta intención psicológica, y por eso se subtitula: "Un estudio de la naturaleza humana", y el primer capítulo se llama "Religión y neurología". O sea, es lo contrario a un manual religioso, y puedes leerlo desde la pura perspectiva científica (la de principios del siglo xx, acuérdate).

El conjunto de testimonios —directos o de observadores calificados— gira en torno a seis grandes temas:

1o. La realidad de lo no visible, creencia determinante para acceder al mundo oculto de la religión y el misticismo.

2o. La religión sana, la que se orienta hacia la vida y la madurez emocional.

3o. El alma enferma, y que sin embargo es la más propicia a sufrir una crisis y una revelación de trascendencia.

4o. El "yo" dividido, al que la religión (del latín, *religare*, atar de nuevo) reconcilia con un "Yo" superior.

5o. La conversión, el descubrimiento —como si en medio de la oscuridad de golpe se encendiera la luz— de que nuestra existencia tiene un sentido más alto del que suponíamos.

6o. La santidad y el misticismo, las prácticas y los cambios concretos —pragmáticos— que conllevan las acciones a partir de la fe revelada o recuperada.

Dice James:

> Dios no es conocido, no es comprendido, es simplemente "sentido" y hasta podríamos decir que "utilizado", a veces como proveedor de bienes espirituales y materiales, a veces como soporte moral y refugio, a veces como amigo, a veces como causa del misterio que nos rodea, a veces como objeto del más alto amor. Si demuestra su "utilidad" en cualquiera de estos rubros, la conciencia parece no exigir nada más. ¿Existe Dios realmente? ¿Cómo existe? ¿Quién o qué es?, son preguntas irrelevantes para el verdadero creyente. No es a Dios —como concepto abstracto— al que encontramos en el análisis último de la religión, sino a la vida, a una mayor cantidad de vida, una vida más larga, más rica, más satisfactoria. El amor a la vida es, en cualquiera y en cada uno de sus niveles de desarrollo, el verdadero impulso religioso.

Y es que la esencia de la vida parece consistir en anhelar más vida. Las crisis mismas —a pesar de la angustia y el, dolor que conllevan— apuntan a eso. James mostró —e incluso hizo encuestas al respecto— el paralelismo entre una cierta concepción religiosa y los conflictos existenciales de la juventud. La edad, dice, es entre los dieciocho y los veintidós años (jóvenes ingenuos de principios de 1900, hoy habría que restarles cinco años, por lo menos), con los síntomas eternos: depresión, rebeldía, inquietud por el futuro, nerviosismo, sentimiento de pecado, de futilidad, de inseguridad física, de aburrimiento ante el mundo de los mayores. James dice que, si en esas circunstancias —y aun en forma superficial—, tú encuentras alguna explicación mínima o alguna forma de salida a tus problemas en lo religioso, aunque luego superes la crisis juvenil eso que sembró la religión florecerá. Los conductistas saben de los reflejos condicionados tan profundos que nos creamos en esos años críticos. Por eso son muy importantes los principios básicos que se inculcan en el hogar. Según la encuesta de James, es la juventud la que nos conforma los ojos para mirar el mundo, el lado oscuro del mundo: sus entretelones y misterios. O miras ahora mismo hacia Dios, aunque sea de reojo, o es posible que te vuelvas insensible a Él. Hay que tomarlo en cuenta.

> Lo esencial en el crecimiento y la crisis adolescente es sacar a la persona de la infancia e introducirla en la madurez. La religión bien entendida parece concentrar buena parte de los problemas —en especial la falta de sentido y la sensación de pecado— y proyectar al joven hacia una vida futura más plena y responsable.

Hay libros luminosos, y sin lugar a dudas éste es uno de ellos. A través de los claros ojos de James —los tenía azules— contemplamos eso que las iglesias y sectas nos impiden ver: el rico y variado espectáculo religioso en el mundo; no por virtud de una abstracción o una sola concepción fija y excluyeme, sino por la experiencia trascendente de un Dios vivo en los hombres (cuya palabra definitoria sería, precisamente, entusiasmo: *en-tehos:* Dios dentro).

El psicólogo William James quiere investigar la fiebre religiosa, tanto como los síntomas histéricos o las fobias. Poner la fe en la platina y mirarla con el microscopio. Nunca deja de ser psicólogo al tratar el tema, por más que él mismo se declare creyente en algún sentido.

Esa fiebre religiosa produce lo que James llama hipercreencias: imágenes en que el sentimiento de trascendencia queda "cristalizado". Cuanto más profunda es la raíz del sentimiento, mayor será la fuerza de la imagen. Las visiones de los santos son un buen ejemplo. Y por eso la pintura, la música y la poesía logran revelarnos a través de una imagen lo que no pueden explicarnos cien tratados de teología.

> Las obras de arte son preciosas para nosotros, entre muchas otras razones, porque nos permiten alcanzar el conocimiento, aunque breve e imperfecto, de lo que se experimenta cuando se está en contacto con el mundo sutil de la trascendencia y lo divino.

Lo recalca:

> Cuando a las personas de inteligencia o sensibilidad limitada se les hace escuchar un trozo de buena música, se les proporciona la oportunidad de experimentar *realmente* cómo piensan y cómo sienten hombres dotados de una fuerza intelectual notable y de una visión interior excepcional.

Esto podría aplicarse a todas las artes, es indudable; pero hay razones para suponer que existe más gente capaz de participar intensamente en lo que siente un compositor clásico —que son los de batalla— que en lo que siente, digamos, un pintor abstracto o un poeta surrealista.

Cuando la hipercreencia nos parece absurda le llamamos superstición y tendemos a desacreditarla, y con ella a la religión misma. James nos previene contra esa actitud. Hay que estudiar la superstición... sin superstición. El buen psicólogo no discrimina ni jerarquiza los sentimientos humanos. Es posible que en su fondo oscuro encontremos la perla de una auténtica fe, y de un auténtico beneficio. "Si tenemos alguna fuerte intuición —por absurda que parezca— es que proviene de un nivel más profundo de nuestra naturaleza que el nivel verbal, donde reside el racionalismo", afirma.

Mira a tu alrededor, Maty: ¿qué personas, aun las más inteligentes que conozcas, escapan a alguna forma de superstición? James menciona dos casos célebres: cuando escribía, el poeta Schiller, ejemplo de lucidez, debía tener a un lado un limón reseco, "que absorbía los malos pensamientos"; Wagner, por su parte, requería su vieja y lustrosa

bata de seda para componer sus famosas óperas; en una ocasión la olvidó durante un viaje, y fue incapaz de escribir una sola nota. Nosotros podríamos agregar algunos casos más: Víctor Hugo creía en los ángeles y aseguraba haberlos visto; André Bretón visitaba semanalmente a una bruja para que le leyera la suerte; Julio Cortázar creía en vampiros; Luis Buñuel adjudicaba una ascendencia demoniaca a las arañas; Jung consultaba el horóscopo y el propio Freud —fíjate quién— estaba seguro de que moriría en un día —y en un mes y en un año— que tuviera el número seis. En pocas palabras, si un poeta supone que comer zanahorias crudas fortalece su habilidad métrica, dejémoslo en paz. De nada serviría demostrarle que nada tiene que ver una cosa con la otra. Porque lo más probable es que, si deja de comerlas, también pierda la inspiración, y con todo derecho nos reclamará: ven ustedes cómo era notoria la relación.

Toda fe es benéfica, siempre que la convicción sea su fuente, no la autoridad. Por eso James cree que el mundo visible es una parte de un mundo espiritual más diverso y amplio, que es revelado por los sentidos y la intuición, no por la razón. La oración, dice, tiene un valor por sí misma y logra milagros, aun sin destinatario (o sea, reza aunque no creas en Dios: los beneficios serán palpables y hasta es posible que termines por creer).

Pero lo más admirable es que en un libro con un tema religioso central, apenas si dedique una página al problema de la inmortalidad personal. Dice que para él es un asunto menor. Recuerda que Freud nos dijo que James no temía a la muerte, cuando frente a él le dio un ataque de angina de pecho.

Quizá lo que sucedía es que tenía la suficiente fe y humildad para relativizar su propio intelecto: "Si no podemos saber cómo y cuándo moriremos, y qué será de nosotros después de la muerte, ¿por qué no dejar entonces el asunto en otras manos?" Podía haber puesto mayúsculas a Otras Manos, y la idea sería más clara, ¿no te parece? Su preocupación era la vida, no la muerte: incluso cuando ésta llegaba tan inoportuna a interrumpirle una cálida conversación con Freud. ¿Dónde había quedado aquel joven deprimido que no soportaba la oscuridad, según narró en la carta a su hermano? La mejor muestra de la transformación que puede provocar el libro de William James, fue el propio William James.

De entre los muchos casos que menciona —auténticos cambios de vida y de carácter de los personajes— te voy a mencionar uno, que es mi predilecto por su posible aplicación a la vida diaria.

Se trata de un hombre que, según dice él mismo, había llegado al límite de la ira y el miedo. Yo pienso que si las premisas de un silogismo son la ira y el miedo, la conclusión será sin remedio la locura. Hay pues que cambiar de entrada las premisas para que la conclusión sea otra. Este caso parece comprobarlo:

> Aquella noche no podía dejar de pensar en el consejo que me dio un amigo, al que consulté sobre mi grave depresión nerviosa: "actúa como si Dios existiera, haz la prueba", y la idea debió continuar poseyéndome durante las horas de sueño, porque la primera conciencia de la mañana me llevó al mismo pensamiento: "Si podemos liberarnos de la

> ira y del miedo, ¿para qué sufrirlos? ¿Cuál es su ventaja oculta?" Dios no quería esos sentimientos para mí, era obvio, y había que eliminarlos.
>
> El niño —que era yo— había descubierto que podía caminar y ya no se arrastraría más.
>
> Apenas reconocí —desde el fondo de mi corazón— que las manchas cancerosas de la ira y el miedo se diluían aplicándoles el sentimiento contrario —o sea la tolerancia y el valor—, empezaron a abandonarme poco a poco. Con el descubrimiento de que estaban ahí porque yo así lo quería —y todas las ventajas que me implicaban—, se exorcizaron a sí mismas. Desde aquel momento la vida ha presentado un aspecto completamente diferente.
>
> A consecuencia de mi trabajo, desde entonces he tenido que hacer más de diez mil millas en tren, algo que antes me resultaba insufrible. El mozo, el conductor, el camarero, el taxista, el recepcionista del hotel y los demás participantes en mi vida diaria, que antes constituían una fuente de irritación y molestia, los he vuelto a encontrar transformados: aunque el único que en realidad se transformó fui yo. De golpe el mundo se ha hecho bueno, a pesar de sus penas y dolores implícitos. Por decirlo así, me he vuelto hipersensible a las manifestaciones del bien, a consecuencia de lo cual el mal se empequeñece por sí solo.
>
> Podría explicar muchas experiencias que demuestran una condición mental nueva, pero con una será suficiente. Sin el más mínimo sentimiento de impaciencia he visto cómo un tren, que yo pretendía coger con gran urgencia y anticipación, salía de la estación sin mí porque mi equipaje no aparecía. Un mozo del hotel llegó corriendo y jadean-

do a la estación en el momento en que el tren desaparecía de mi vista. Cuando me vio, me miró esperando mi reprimenda y comenzó a balbucear que había quedado bloqueado en una calle demasiado estrecha. Cuando acabó le dije:

—Es igual, no se podía hacer nada; lo volveremos a intentar mañana. Tenga sus honorarios; me sabe mal que haya sufrido tanto para ganarlos.

La mirada desorbitada que apareció en su cara tenía tanto de agradecimiento que en el acto me sentí compensado del retraso. Al día siguiente no aceptó ni un centavo por su servicio.

No cabe duda de que el cristianismo, el budismo y todas las restantes religiones enseñan fundamentalmente lo que para mí fue un descubrimiento súbito, y a través de un sencillo proceso de eliminación. Por ejemplo, este nuevo sentimiento, esta nueva actitud ante las cosas, me exime de la cobardía, no puedo ser cobarde ya que el miedo es una de las cosas eliminadas al concentrarme en el valor y la aceptación. Cuando era niño estaba bajo un árbol donde cayó un rayo, y recibí una impresión tan fuerte que el efecto me duró hasta hace muy poco, en que deshice su asociación con la ansiedad. "Si mi destino es morir fulminado por un rayo, que así sea, puede que hasta tenga ventajas". Desde entonces, he tropezado con rayos y truenos en momentos que antes me hubiesen causado grandes depresiones o nerviosismo, y que ahora ya no se manifiestan. La resignación logró el milagro. Otro tanto sucedió con la ambición al concentrarme en la humildad. No es que luchara contra la ambición, simplemente es que hoy prefiero ser sencillo y humilde.

El truco que puso en práctica este admirable personaje podría resumirse en este principio básico (pero que se olvida fácilmente): nadie renuncia a algo si no es por algo mejor. Más que luchar contra tus limitaciones, concéntrate en tus habilidades, más que luchar contra el mal, concéntrate en el bien. La felicidad es lo que no tienes, o la revalorización de lo que tienes.

Notarás en la psicología de James una clara intuición del inconsciente, al que recurre para apuntalar la voluntad y la fe. Cuál no sería mi sorpresa que leyendo su correspondencia con su hermano Henry —que también es uno de mis autores predilectos—, le comenta en una carta de 1904:

> Desconfío de la conciencia como tal. Desde hace siete u ocho años vengo diciendo a mis estudiantes que desconfíen de la conciencia y se introduzcan en lo que hay debajo de ella. ¿A qué extraño mundo conduciría esta idea de llevarla hasta sus últimas consecuencias?

¿Qué te parece? ¿Qué puede haber debajo de la conciencia si no es el inconsciente? Por eso siempre me ha intrigado qué platicarían James y Freud aquella noche en que el primero sufrió el ataque de angina de pecho. En nuestra desaforada carrera por alcanzar el fondo del corazón humano, aquella noche James estaba pasando la estafeta a Freud.

Por lo pronto, salta a la vista que hay partes de la teoría psicológica de James que sufrirían una interpretación muy distinta aplicándoles la teoría freudiana. Por ejemplo, James condiciona la vida religiosa casi por completo a un aspecto moral. De-

fine lo religioso como "un sentimiento que entremezcla el pecado y el anhelo de encontrar la paz en la unidad". Escribe: "La palabra religión significa para mí el conglomerado de deseos y emociones que emergen del sentido de pecado y de su liberación". Esto está muy bien —es de un pragmatismo irrefutable—, pero también es cierto que a partir de Freud nuestro concepto de pecado ha cambiado radicalmente. El descubrimiento del inconsciente y de la sexualidad infantil, que determinan la represión, nos obligó a relativizar nuestra libertad ante ciertas emociones, muy especialmente las que consideramos pecaminosas o concupiscentes. Sin embargo, paradójicamente, relativizar nuestra libertad en esos aspectos nos hizo más libres en otros, a los que iluminó. Es más fácil actuar en los sitios donde hay luz. "Hacer consciente lo inconsciente", era la consigna de Freud. Hay que subrayarlo: sin su teoría nos veríamos obligados a recaer en primitivas concepciones de culpa y de supuesta posesión sobrenatural —piensa en las histéricas de Charcot—, que en realidad eran un grillete para nuestra concepción del mundo, y que nada tienen que ver con un auténtico sentimiento religioso, tendiente a la madurez emocional. Por eso el principio freudiano de convertir una tragedia personal en un problema común, abre puertas insospechadas a nuestra realización humana.

Seguramente pensando en esta concepción de la tragedia personal —que será una tragedia hasta que quieras verla como tal— es que James insistía en la necesidad de relativizar nuestros males. En el libro mencionado cuenta la historia de un hombre que resbaló una noche por un precipicio y pudo coger-

se de una rama; unas horas después los dedos no aguantaron más y, con un desesperado adiós a la vida, se dejó caer. Pero sólo cayó metro y medio; si hubiese abandonado la lucha antes se habría ahorrado la angustia que padecía.

En una ligera y humorística variante de la historia —que seguramente James aprobaría—, en medio de su angustia y cuando ya está a punto de soltarse, el personaje clama al cielo. Entonces del fondo de la oscuridad surge una voz que le dice: "Hijo mío, has sido escuchado, déjate caer y mis ángeles te recogerán para traerte a mi lado". El personaje lo piensa un momento, se aferra con más fuerza a la rama y vuelve a gritar: "¡¿Qué, no hay alguien más por ahí?!"

De una u otra forma, estarás de acuerdo que parte importante de la terapia es enseñar a los pacientes a dejarse caer. El problema es que quizá muchos de ellos no estén a sólo metro y medio de altura. Ten cuidado.

Carta X

La varita mágica

Querida Maty:

Si en el siglo de William James, el xix, los males nerviosos se atendían con purgas, sangrías" y manguerazos de agua helada, imagínate el desolado panorama anterior. Sin embargo, un siglo antes, en el xvín, hubo una figura relevante, sin la cual no se entendería la psicoterapia actual: Francisco Antonio Mesmer, a quien se adjudica el descubrimiento del hipnotismo (por más que en realidad lo haya hecho uno de sus discípulos), lo cual lo emparenta muy directamente con Charcot y con Freud. Pero no sólo es importante por el hipnotismo sino por su concepción misma de las enfermedades nerviosas.

Según Mesmer, el universo está impregnado de un "éter psíquico", cuyas corrientes —así, como los chiflones de aire— producen la armonía de todas las cosas y por ende la salud humana. Dice en un famoso folleto publicado en 1775:

> Desparramada por los vastos espacios siderales, obra en la esencia de toda materia un éter primordial, un misterioso fluido penetra el cosmos y, con él, a los hombres.

Cuando se bloquea el fluido, sobreviene la enfermedad. En otras palabras, la salud es el estado natural del hombre. Todo se resuelve desbloqueando el "éter psíquico". Con las puras puntas de los dedos, cualquier persona sana puede transmitir a otra la energía que requiere, de la misma manera en que se recaiga la batería de un auto. Por eso, más que el hipnotismo, sus aportaciones verdaderamente valiosas a la psicología se llaman sugestión y autosugestión. Después de nuestro repaso a los sistemas terapéuticos de Charcot y de Freud, ya calcularás cuánto le deben a Mesmer.

Pero a veces lo sencillo es lo más difícil de reconocer y apreciar. Para quitarle esa insoportable cualidad de sencillez, le ponemos una máscara de fantasía. Fue lo que hizo Mesmer con su descubrimiento. No podía ser sólo el médico, y las puntas de sus dedos, los que sanaran los males nerviosos, sonaba inconcebible, qué iban a decir sus colegas, la clientela terminaría por ahuyentarse. Hacía falta algo sofisticado que llamara la atención. Nos sucede aún hoy en día: fíjate en la preferencia de la gente (pudiente) por consultorios equipados con instrumental raro y aparatoso, muy en especial si están ubicados en la calle de Palmas. El costo de la consulta no depende tanto del diagnóstico médico, sino de dónde se realiza.

Un día Mesmer se hallaba sangrando a uno de sus enfermos (tratamiento muy común en aquellos tiempos para toda clase de males), y observó que el flujo de la sangre aumentaba al aproximarse él y decrecía al alejarse. El descubrimiento lo hizo chasquear los dedos: el cuerpo actúa como un imán, lo que supone que el hombre posee lo que Mesmer

llamaría "magnetismo animal". Había hallado el puente que une el mundo sideral al humano. El imán —lo mismo que el "magnetismo animal" de las manos— pone a circular la fuente de toda armonía: el "éter psíquico". Ya podía abrir un consultorio equivalente a los de la calle de Palmas. Aún mejor: contrajo matrimonio con una viuda rica y se instaló en el hermoso palacio de ella, en las afueras de Viena.

Alto y bien parecido, vestido con una túnica de seda color lila, que recordaba la de Zoroastro, hacía su teatral aparición en una gran sala del palacio, empuñando un largo bastón imantado, con el que apuntaba a sus pacientes elegidos. La escenografía incluía grandes espacios vacíos, luz tenue, espejos garigoleados por los rincones, balcones abiertos para que los cortinajes de terciopelo se agitaran como alas con el viento y dieran la impresión de levantar la casa en vuelo. Mesmer se detenía ante uno de sus pacientes, le preguntaba en voz baja por su mal, le pasaba el bastón por una zona específica del cuerpo al tiempo que lo miraba con perturbadora concentración. No pasaba mucho tiempo sin que alguno de ellos, al contacto de Mesmer, empezara a temblar, a sudar, a gritar, a gemir, a agitarse con bruscas convulsiones, principio de la famosa y salvadora "crisis". Según Mesmer, toda enfermedad de origen nervioso tenía la gráfica de la fiebre: debía llegar a un punto álgido, sólo para después encontrar el camino al restablecimiento.

Mesmer tocaba en forma arrebatada un piano magnetizado. Los enfermos formaban una larga cadena humana, alternando los de sexo masculino con los del femenino, tomados de la mano y

presionándose con los muslos, según muestran los grabados de la época. "De todos los cuerpos de la naturaleza, es el hombre mismo quien con más eficacia actúa sobre el hombre", escribió el maestro. Como el magnetismo se transmitía en especial con las manos y el muslo era considerado una de las zonas más sensibles, los pacientes probaban a ejercer su magnetismo animal sobre sus compañeros o compañeras: o sea, intercambiaban unos fajes tremendos en nombre de la ciencia.

Mesmer contaba con ayudantes encargados de transportar a los enfermos más violentamente afectados a la llamada —ve nada más— "sala de crisis", donde se les aplicaba una nueva dosis magnética con el fin de provocar una convulsión "definitiva". Pronto el *aquelarre era* completo. Algunos se arrastraban por el suelo como gusanos, otros bailaban y cantaban en forma frenética, no faltaba el que de rodillas iba a besar la mano del maestro. Pero una gran mayoría, esto es lo importante, manifestaba sentirse milagrosamente curada al salir del palacio, o por lo menos mucho mejor que antes de entrar. Lo cual confirmaría la extendida suposición de que, desde los comienzos de la medicina, la humanidad doliente se ha curado por virtud de la sugestión con mucha más frecuencia de lo que regularmente suponemos y la ciencia está dispuesta a confesar. Buena parte de nuestras enfermedades tienen su asiento en la imaginación y el mejor modo de curarlas es destruir en el enfermo la idea misma de enfermedad (recuerda el pragmatismo de James). Por eso nada tiene de sorprendente, sino que resulta lógico y natural, que siempre el remedio último, recién descubierto, produzca los éxitos más inesperados, pues por lo mismo que es desconocido acumula un máximo grado de confianza. Con las terapias nerviosas sucede como con los antibióticos: su uso excesivo crea anticuerpos de defensa y por ello es necesario renovarlos.

Mesmer magnetizaba, por frotamiento, las tazas y platos, los muebles, los cortinajes y los vestidos; lo mismo que los numerosos espejos, para que el fluido se reflejara por toda la pieza. (Habría que imaginarse a Borges mirándose en uno de ellos, él, que tenía terror a los espejos normales.)

Magnetizaba instrumentos musicales que esparcían la virtud curativa con sus vibraciones sonoras. Cada vez más fanático, embotellaba agua magnetizada (el negocio que hubiera hecho con las actuales embotelladoras transnacionales), la única que podía beberse en palacio. Construyó la célebre "cuba de la salud": un gran recipiente de madera, tipo *jaccuzi*, con dos hileras convergentes de chorros de agua magnetizada, donde los enfermos podían hundirse o chapotear a placer. No se redujo a experimentos con seres humanos, y no tardarían en pagar su tributo al adelanto científico los perros y los gatos. Por desgracia, no nos cuenta el trabajo que le habría costado magnetizar a los gatos.

Finalmente serían magnetizados las plantas, los árboles y el estanque del jardín, donde sumergían los pacientes sus pies descalzos mientras Mesmer les tocaba el violín (magnetizado): las suaves y delicadas melodías acrecentaban la sensibilidad y volvían más dócil el cuerpo y la mente a la acción del bálsamo universal.

¿Podía haber montado su fastuosa representación sin la ayuda del imán? ¿Qué hubiera sucedido si

reconoce públicamente que sólo sus manos y su penetrante mirada propiciaban la cura, por medio de la sugestión? Supongo que se le habría derrumbado el teatrito. Para sugestionar a la gente hay que partir de que a nadie le gusta sentirse sugestionable. La ayuda que le prestó el imán en este sentido resultó invaluable. En aquel entonces, su condición tan particular era fuente de todos los enigmas posibles. Mientras el plomo, el cobre, la plata, el oro, el estaño, no siguen otra ley que la de la gravedad, este mineral posee una visible propiedad original que es fácilmente trasladable a lo mágico. Pareciera que obedece a leyes distintas a las que rigen nuestro mundo. Símil de un verdadero hipnotizador, atrae hacia sí virutas de hierro, que a su lado se vuelven dóciles e inertes. Cortado en forma de aguja se mantiene tenazmente apuntando hacia el norte, gracias a lo cual ha salvado millares de aventureros y expedicionarios. Es, realmente, símbolo de salvación.

Pero la ambición rompe el saco, y a Mesmer se le pasó la mano en sus pretensiones curativas (creía realmente en sus poderes). Lo intentó con María Teresa Paradies, una joven pianista ciega protegida de la emperatriz. Sin reparar en que su ceguera tenía origen físico —se debía a un desprendimiento de retina—, Mesmer se comprometió a devolverle la vista a condición de que la joven se instalara en su palacio un par de semanas. Cumplido el plazo, la joven anunció que vislumbraba algunas sombras y debía prolongar su estancia. El asunto se volvió la comidilla de los vieneses y empezaron las habladurías: que si ella estaba enamorada de Mesmer, o al contrario, o en realidad vivían un tórrido romance, con constantes chapuzones nocturnos en el estanque magnetizado del jardín, a cuyas aguas María Teresa entraba desnuda, no faltaba quien aseguraba haberla visto iluminada por la luz de la luna desde un árbol lejano. Fue una pena que aún no existiera el *Hola:* el seguimiento periodístico que hubieran hecho los *papparazzi* con sus telefotos. La emperatriz se indignó y mandó a un médico de la corte a que revisara a su protegida. El diagnóstico fue que seguía igual de ciega, lo que propició un clamor incontenible —un charlatán depravado como Mesmer abusando de una jovencita indefensa y ciega: lo que habrán vendido los periódicos de la época— y el padre corrió personalmente a rescatar a su hija. Pero ella se negó y hubo gritos y bofetones. Intervino la policía y Mesmer salió huyendo a Francia.

Pronto, en París su éxito fue aun mayor. Gracias a una dama (siempre las damas, claro) de la corte de María Antonieta, a la que curó de una parálisis facial, vio despejado el camino en palacio. La alta nobleza, incluidos el barón de Montesquieu y el héroe del día, el joven marqués de Lafayette, se declaraban apasionados partidarios suyos. Hastiados de ocio y de lujo, revivieron con la "mesmermanía". Frente a la enorme mansión que rentó Mesmer en la plaza Vendóme, se estacionaban, de sol a sol, las carrozas y los cabriolés adornados con ostentosos blasones, mientras lacayos de librea esperaban pacientemente a sus impredecibles patrones (el estado en que los verían salir, quizás en algunos las 'crisis" continuaban en la calle). Como los aposentos resultaban insuficientes y sólo había tres grandes "cubas de salud", los pacientes se apresuraban

a reservar un sitio con semanas y meses de anticipación, tal como -sucede hoy en día con las obras de teatro exitosas. Hay que entenderlo: nadie se quería perder el espectáculo de moda, además de que quizás hasta le curaran algún mal.

Una sola persona había en el palacio de los Borbones que miraba con desconfianza al estrambótico brujo que había hechizado a su país: el rey. El bueno y simplón Luis xvi parecía enemigo de agitaciones y desasosiegos, y quizás un sentimiento premonitorio lo obligaba a desconfiar de cualquier tipo de revoluciones, incluidas las espirituales. Decidió que se pusiera en claro el escándalo y en marzo de 1784 suscribió una orden a la Academia de Ciencias a efecto de que se abriera una investigación oficial sobre el magnetismo y sus posibles cualidades o defectos. La comisión fue integrada, entre otros, por nombres que aún hoy gozan de fama universal, como Benjamín Franklin, inventor del pararrayos; Lavoisier, reformador de la química; y Guillotin, inventor de un aparato que, ése sí, en verdad acaba con todas las enfermedades: la guillotina.

El informe no sólo nos permite conocer el sistema de Mesmer, sino que resulta una joya psicológica. En algunas de sus partes dice:

> Algunos pacientes una vez magnetizados por el señor Mesmer se muestran tranquilos y quietos, aunque como arrobados. Otros tosen, escupen, experimentan ligeros dolores y, dicen, los invade un calorcillo por todo el cuerpo. Más adelante empiezan las aparatosas convulsiones en casi todos. En cuanto se manifiesta en uno de ellos, se transmite a los demás. Esta comisión las ha visto prolongarse por espacio de dos y tres horas seguidas, con expulsión por la boca de un agua turbia y viscosa, seguramente debido a la violencia de los esfuerzos. Obsérvanse algunas veces huellas de sangre. Se caracterizan dichas convulsiones por irrefrenables movimientos de los miembros del cuerpo, turbación y fijeza de la mirada, gritos agudos, eructos, lloros y salvajes accesos de risa. Hemos visto a una mujer reír durante horas. Les siguen prolongados estados de letargo, abatimiento, languidez y postración. El menor ruido los sobresalta en extremo y esta comisión observó que los meros cambios de tono en las melodías que el señor Mesmer interpretaba al piano, influían en los enfermos, excitándolos aún más. Un *crescendo* puso a uno de ellos a aullar y a bailar. En una palabra: nada más asombroso que el espectáculo de esas convulsiones en personas que parecían sanas hasta entonces. Quien no las ha visto no puede imaginárselas. Mesmer los tiene a todos subyugados y si se hallan en un estado de aparente postración, su pura mirada es capaz de reanimarlos en el acto. En ocasiones le basta señalarlos con su dedo imperioso.

¿Qué te parece? Como para retar a los conductistas a que condicionen a sus pacientes como lo hacía Mesmer. O que repitan un experimento parecido en sus laboratorios, a ver.

Los comisionados decidieron probar en ellos mismos el magnetismo. Pero es sabido que el tratamiento sugestivo no ejerce ningún efecto sobre gente escéptica, y el resultado fue negativo. Tam-

bien, pusieron a prueba a los pacientes con una serie de trampas absurdas como obligarlos a elegir entre tazas magnetizadas y las que no lo estaban. La mayoría se equivocó, como era de suponerse por el estado nervioso que le crearon. En consecuencia, el informe concluyó que el magnetismo no era sino patraña, imaginación y fantasía. Muy peligroso, además, porque las crisis y convulsiones, de continuar, podían volverse crónicas o crear otras enfermedades.

Así, la Academia de Ciencias de Francia dio carpetazo no sólo al mesmerismo, sino a cualquier forma de aparente curación mágica, con todo lo que ello implica. Como dirá el propio Mesmer: "No querrán ver más allá de sus narices". Tendrán que transcurrir cien largos años para que, por fin, en 1882, Charcot logre que se avalen oficialmente sus estudios sobre el hipnotismo. Demasiado tiempo para hacer germinar una semilla tan valiosa como la que sembró Mesmer, ¿no te parece?

El mesmerismo cayó en abierto desprestigio. Aun los que eran más asiduos se negaron a regresar a la mansión de la plaza Vendóme. Pero fue sobre todo el clima político —antes tan propicio— el que le volvió la espalda. Una hipnosis de masas más violenta estremecía al país y en vez del magnetismo fue el tratamiento terapéutico de la guillotina el que ejerció su ley implacable. Los aristócratas ya no estaban preocupados por las enfermedades nerviosas, sino por conservar la cabeza. En plena Revolución Francesa, Mesmer huyó a Suiza, pobre y olvidado.

Su biógrafo, Stefan Zweig, dice de él:

> Aun en el supuesto de que estuvieran equivocados todos los conceptos, todas las teorías, todas las ideas de Mesmer (lo que es dudoso), es lo cierto que han sido más fecundas que las de todos los sabios e investigadores de su tiempo juntos; que Mesmer, más que todos ellos, ha sido el norte y guía de una nueva ciencia, desde largo tiempo atrás necesaria, al atraer la mirada de las nuevas generaciones hacia los misterios del espíritu y sus padecimientos (nuestros verdaderos padecimientos).

Pero en ese mismo marco aún falta por mencionar el hecho más trascendente de la época para la historia de la psicología, el que, decíamos en una carta anterior, abrió el camino a Charcot y a Freud: el descubrimiento del hipnotismo. Mérito que fue a recaer no sobre Mesmer (quien lo practicaba sin darle nombre), sino sobre su discípulo más fiel: el conde Máxime Puységur. Mientras en el año fatal de 1784 Mesmer luchaba contra los molinos de viento de la Academia de Ciencias, su discípulo lanzaba a la publicidad un folleto de cien ejemplares (pronto olvidado) que se titulaba *Informe de la cura por medio del magnetismo animal,* que ponía en claro de una manera irrefutable, con hechos patentes, lo que en vano buscó el maestro en los fluidos cósmicos y la energía animal.

Pocas cosas habían intrigado tanto a la humanidad a través de los siglos como esos curiosos personajes llamados sonámbulos que de pronto, en plena noche, se levantan de la cama con los ojos cerrados, suben las escaleras hasta la azotea y se ponen a caminar con los brazos extendidos al bor-

considerados dementes ya que, en estado de vigilia, atendían con regularidad y destreza sus ocupaciones cotidianas. De ser así, ¿qué sentido de la orientación guía a esos durmientes despiertos cual alados ángeles a través de todos los obstáculos? ¿Qué visión interna poseen detrás de sus apretados párpados? Miles de años llevaban las preguntas acuciando a sabios* e investigadores, hasta que inesperadamente se presentó el discípulo de Mesmer, que ni siquiera era médico, y dijo —sin que nadie lo escuchara— que ese estado sonámbulo podía crearse por medios artificiales porque, como el hipnotismo, es producto de la sugestión.

Pregúntatelo, Maty: ¿por qué la humanidad ha tenido que dar esos saltos vertiginosos en el conocimiento de sí misma sin casi atender a quienes los anunciaban? ¿Te imaginas el dolor de esos pobres hombres, convencidos de la riqueza que traían entre manos, enfrentando la indiferencia estúpida de quienes los rodeaban? Recuerda a Semmelweiss, un médico húngaro de mediados del 1800, quien descubrió que la fiebre puerperal en las parturientas se debía a agentes infecciosos. Se puso a preconizar, aunque en vano, la asepsia. Suplicaba a los médicos que se lavaran las manos antes de atender los partos, y sólo consiguió que se burlaran de él y lo corrieran de su trabajo. En el colmo de la desesperación —hay cada terco—, hubo necesidad de encerrarlo en un manicomio. Aun ahí, en lo que parecían meras alucinaciones, en los patios del manicomio gritaba que las infecciones en las parturientas eran provocadas porque los médicos no se lavaban las manos, el Señor mismo se lo había

comunicado en sueños (tenía la obsesión de que Dios iba siempre a su lado). Un chorro de agua helada lo obligaba a callarse por momentos.

¿Hubiera Pasteur arribado al mundo si antes no lo anuncia Semmelweiss desde su manicomio? ¿Se le hubiera prendido el foco a Freud si antes Mesmer no obnubila a sus pacientes con su varita mágica? En el devenir humano los pasos se dan —como los de los sonámbulos— con los ojos cerrados y palpando con las manos en el vacío, sin la menor idea de quién nos guía y sostiene, y siempre a costa de un enorme sacrificio, no hay duda.

Pero volvamos al genial y desconocido conde de Puységur. Por puro amor al arte y a la ciencia, en sus vastas posesiones de Buzacy se dedicaba a practicar el tratamiento magnético, de acuerdo con las prescripciones del maestro. Sus pacientes no eran marquesas histéricas —de las que luego llegaban a su casa a tratar de ahorcar al marido— sino soldados de caballería, campesinos y gente de los pueblos cercanos. En una ocasión, a un joven campesino que tenía un fuerte dolor de cabeza, lo magnetizó con la punta de su imán, pasándosela una y otra vez por la frente: en lugar de provocarle las esperadas convulsiones o por lo menos algún tipo de espasmo, el joven cayó en un extraño letargo, mientras permanecía inmóvil e impávido. Entonces el conde le ordenó que caminara hasta un árbol cercano, ¡y caminó hasta ahí, con los ojos cerrados y cual sonámbulo! Le ordenó que se recostara en la tierra, y obedeció. Que se pusiera de Pie de nuevo, y lo mismo. Su sorpresa fue mayúscula cuando, sin despertar, respondió con absoluta coherencia a sus preguntas.

Naturalmente, el conde siguió hipnotizándolo, e incluso hizo una fugaz demostración en un teatro semivacío de París. Otros campesinos se ofrecieron a participar en el divertido experimento. El conde aprendió a elegir a los más sugestionables. Descubrió lo que hoy nos parece obvio: con pasarles varias veces el imán por el rostro, pidiéndoles que lo miraran fijamente, provocaba el extraño sueño. Llegó incluso a practicar las órdenes posthipnóticas, que cumplían al pie de la letra apenas habían despertado. Su limitación —era inevitable— fue atenerse al imán y suponer que el sueño hipnótico era aun producto del magnetismo. Pero bueno, sólo le faltó hipnotizar a Robespierre y convencerlo de que el pacifismo y la no resistencia al mal constituyen la fórmula ideal para el progreso humano.

Carta XI

La droga milagrosa

Querida Maty:

El neurólogo norteamericano Oliver Sacks cuenta la historia de una mujer —en apariencia sana y fuerte— quien una mañana despertó sin fuerza en las piernas, con movimientos torpes e involuntarios de las manos, fácilmente tropezaba o se le caían las cosas. Habló con un psiquiatra, quien le diagnosticó depresión nerviosa y le prescribió un ansiolítico. Pero empeoró. Llegó el momento en que no lograba mantenerse en pie; cuando intentaba sostener algo o llevarse los alimentos a la boca, las manos se equivocaban, se quedaban cortas o se desviaban sin coordinación.

—Me ha sucedido algo horrible —balbucía con voz espectral—. No siento el cuerpo. No lo siento para nada.

Dice el doctor Sacks: "Cristina podía tener depresión, pero tenía bastante más que eso; tenía algo que nosotros los neurólogos no habíamos visto ni imaginado nunca". Llamaron a un especialista en enfermedades musculares, quien abrió unos ojos como platos: "Esto es inaudito. No tiene la menor sensibilidad en músculos, tendones o articulaciones".

Se reunieron los médicos —también convocaron al psiquiatra— y al término de una nueva y minu-

—¿Qué posibilidades tengo de curarme?

Dice el doctor Sacks: "Nos miramos, la miramos, y respondimos al unísono que no teníamos la menor idea". Al final del caso, agrega Sacks: "La pobre de Cristina está paralizada hoy, en 1985, igual que lo estaba hace ocho años, y así seguirá el resto de su vida. Una vida sin precedentes. Es, que yo sepa, la primera en su género, el primer ser humano *desencarnado"*.

La conclusión en una posdata es, sin embargo, tan aterradora como el caso mismo. Resulta que todo se debió a que en los meses anteriores a su enfermedad, Cristina, que era medio hipocondriaca, cayó en la moda de tomar megavitaminas y había ingerido cantidades enormes de vitamina B6 (piridoxina). Así que pronto empezaron a aparecer por todo el mundo casos como los de ella, de hombres y mujeres *desencarnados,* aunque la mayoría, a diferencia de Cristina, mejoró en cuanto dejó de envenenarse con piridoxina.

Hay infinidad de casos en este sentido. Busca a tu alrededor y te será fácil descubrirlos. Amigos o parientes que se autorrecetan algún medicamento y les nace una enfermedad insospechada. O que incluso se los receta un médico, como es el caso del novelista William Styron, quien estuvo al borde del suicidio por tomar un tranquilizante llamado halcion. Dice Styron:

> Estoy convencido de que este tranquilizante es culpable de haber exacerbado hasta un punto intolerable las ideas de suicidio que me dominaron antes

> de ingresar en el hospital, donde el médico de guardia me preguntó de entrada qué tomaba para dormir. Le respondí que 75 mg de halcion. Su rostro se ensombreció y dijo en tono categórico que eso era el triple de la dosis hipnótica normalmente prescrita y una cantidad contraindicada para una persona de mi edad. Me cambiaron de inmediato a dalmane, otro hipnótico de la misma familia de efectos algo más prolongados, y que resultó tan eficaz como el halcion para hacerme conciliar el sueño. Pero, lo más importante de todo, noté que muy poco después del cambio de medicamento mis pensamientos de suicidio amainaron y finalmente desaparecieron.

ámbién, el doctor Sacks cuenta el caso de un faoso matemático al que curó de una aguda migra. "Pero cuando lo 'curé' de su migraña también 'curé' de sus matemáticas —se le evaporó la voción y el talento— y tuvo que elegir entre el traajo o la dolorosa enfermedad". El actor José Gálvez ecía que por un mal estomacal le recetaron ortisona, a consecuencia de lo cual su rostro se ichó en forma monstruosa —inexplicable para os médicos— y durante meses no pudo salir de su asa. Un amigo me contaba que le curaron el inomnio poniéndolo a dormir trece horas diarias, ya ue resultó hipersensible a media pastillita de alium. El escritor Germán Dehesa estuvo a punto e morir por tomar demasiada aspirina. En pocos ños más, los antibióticos habrán perdido todo su der contra las infecciones. El antidepresivo de oda, el prozac, sólo da resultados en un sesenta r ciento de los casos. El cuarenta por ciento res-

tante no responde al medicamento y en ocasiones empeora. Por lo tanto, dicen los psiquiatras, en numerosos pacientes la depresión se complica con impotencia sexual, náusea, vómito y diarrea. Santo Dios, Maty: ¿no será de plano preferible la medicina alternativa con sus infusiones inanes y sus chochitos dulzones?

Pero a pesar de casos como los anteriores, lo sabemos, la psicología ya es inseparable de la industria farmacéutica y vamos a seguir "empastillándonos" de una u otra forma, no tiene remedio. Vivimos en una carrera desenfrenada por encontrar la medicina que nos cure la ansiedad, el temor, la ira, la timidez, la depresión, la melancolía, el insomnio, las jaquecas, el SIDA, la gripe, las úlceras duodenales, los infartos al miocardio, el más mínimo malestar. En una palabra: que nos cure de nuestra irremediable condición humana. Por eso Nietzsche hablaba de "esa enfermedad llamada hombre".

En el multicitado *Un mundo feliz,* de Huxley, no había coñac, tabaco ni cocaína de contrabando. La gente no se alcoholizaba ni fumaba ni se drogaba. Cuando alguien tenía un dolor o se deprimía, se limitaba a tomar una pastilla de soma —nombre de una mítica planta hindú que, supuestamente, provocaba un éxtasis inmediato al ingerirla. A diferencia de nuestros ansiolíticos, el soma no tenía efectos secundarios. En pequeñas dosis procuraba una saludable relajación; en dosis mayores, inducía el sueño, y con tres tabletas se tenían visiones celestiales, de las que meditadores y místicos tardan años en conseguir. Todo ello sin ningún costo fisiológico o mental. Los ciudadanos escapaban de sí mismos —única forma de la felicidad para una gran

mayoría de los humanos— sin sacrificar en lo más mínimo su salud. Por eso en *Un mundo feliz* el hábito del soma no era un vicio privado, sino una actividad social y hasta institucional: la esencia misma de la felicidad, la libertad y el progreso, a la que todos tenían un derecho constitucionalmente establecido. Quien no tomaba soma era visto como raro y en caso de persistir en su resistencia era cuestionado por las autoridades. "¿Por qué quiere usted ser diferente?", era una pregunta de la que todos huían, al precio que fuera. En consecuencia, droga y sexo libre eran los pilares de esa supuesta sociedad ideal. La combinación del sexo sin compromiso, practicado por puro deporte, y una simple pastilla de soma, potenciaba el éxtasis a niveles insospechados. Había algunos "viciosos" que no resistían la tentación de hacerlo varias veces por día, ante la sonrisa aquiescente de las autoridades. En esto estriba la sutil crítica de Huxley a su propia utopía: ese privilegio inalienable, el más precioso para los ciudadanos, era al mismo tiempo el más poderoso instrumento de control gubernamental. La sistemática y obligada ingestión de la relajante droga para beneficio de cada cual y muy en especial del Estado, resultaba un principio político fundamental. La religión, dijo Marx, es el opio de los pueblos. En la utopía huxleyana, el opio —el soma—, era la religión del pueblo. Como la religión, ese soma tenía un alto poder para relajar, adormecer, consolar, fortalecer la fe y promover la caridad y las visiones beatíficas. También, sin remedio, te volvía un ciudadano dócil y obediente.

Parece increíble, pero Freud supuso haber encontrado el soma de nuestro tiempo... en la cocaí-

na, de la que él mismo fue —en los inicios de su carrera— un consumidor entusiasta. Apenas si era conocida —se vendía en las farmacias sin necesidad siquiera de receta— y Freud le adjudicó facultades especiales para curar a los adictos a la morfina, para levantar de la cama a quienes padecían fatiga crónica (y vaya que si los levantaba) y, sobre todo, para atender casos graves de angustia y depresión nerviosa. Pronto se dio cuenta de los riesgos que conlleva, la abandonó, al igual que la hipnosis, y se redujo a métodos terapéuticos naturales. ¿Qué diría hoy de aquel espejismo que, por un momento, le hizo ver la cocaína?

En los años cuarenta se pusieron de moda los barbitúricos, que casi acaban con los actores de Hollywood y que aún en la actualidad son muy usados por los suicidas. Tienen efectos similares al alcohol y opuestos a los estimulantes del tipo de la cafeína, las anfetaminas y la cocaína. En los términos estructurales de la personalidad establecidos por Jung, desde la introversión hasta la extroversion, una dosis de hipnóticos hunde a una persona en sí misma, relajándola, mientras que los estimulantes la lanzan sobreexcitada al mundo y a la actividad. Aunque es igualmente riesgosa, la toxicomanía por barbitúricos parece aún más dañina. Su objetivo es conseguir el olvido —el "dulce olvidó"—, de ahí que se use con tanta frecuencia para el suicidio. Tuve un amigo escritor —Parménides García Saldaña— a quien en alguna ocasión internaron sus familiares en un hospital psiquiátrico a causa de su estado letárgico, casi sonámbulo. Resultó que había estado tomando amytal sódico seis meses seguidos "para calmar los nervios". Lo visité unas semanas des-

pues, ya en su casa, y su relato me estremeció. Dijo que durante los primeros días, gracias al suero que le inyectaron, se sintió mejor, fue más articulado al hablar y coherente en sus reflexiones. Hasta dictó a su hermano párrafos enteros de la novela en la que trabajaba. Después, de pronto, se volvió aprehensivo y se puso a discutir a gritos con familiares y médicos. A pesar de que aún le administraban tranquilizantes en dosis muy bajas, su inquietud llegó al extremo de arrancarse varias veces el suero. Lanzó a su padre una botellita de alcohol a la cabeza. Las manos y la cara comenzaron a temblarle en forma creciente y si le apoyaban un dedo en el entrecejo —lo que hicieron los médicos varias veces— los párpados se le abrían y cerraban sin control, enloquecidos. Cualquier estímulo reflejo le provocaba una reacción muscular desproporcionada. La fiebre alcanzó los cuarenta grados y el pulso se desbocó hasta los noventa y tantos latidos por minuto. Por el contrario, la presión arterial cayó a los suelos, y si intentaba ponerse de pie para ir al baño sentía desmayarse. Un par de veces convulsionó y tuvo visiones como las del *delirium tremens* de los alcohólicos. Aún vi a Parménides reponerse de esa crisis, regresar al periódico donde trabajábamos, escribir excelentes reportajes y terminar su novela, recaer en los barbitúricos y las anfetaminas —unos para dormir, las otras para despertar—, entusiasmarse con una droga que combinaba los efectos de ambos —el peligrosísimo drinamyl—, rociarla en ocasiones con un poco de alcohol o envolverla en la nube verde de la mariguana, perder todo control de sus emociones, golpear a familiares y amigos yo mismo entre otros—, y termina'- muerto de

pulmonía a los treinta y dos años en un sórdido cuartucho de hotel. Fue una pena porque tenía verdadero talento. Todo empezó, hay que tenerlo presente, por tomar unas pastillas "para calmar los nervios".

En los años sesenta, los alucinógenos se convirtieron en un extraño símbolo de protesta social y trascendencia espiritual a la vez, inseparable del *hippismo.* Los más populares fueron la mescalina, síntesis de los ingredientes activos de nuestro peyote, y el LsD producto también sintético del grupo indol y que produce sus efectos en dosis tan reducidas como veinticinco microgramos. Aún no se logra identificar con claridad sus efectos específicos, pero sabemos que reducen los mecanismos inhibidores del sistema nervioso, horadando los filtros de la conciencia. Los psiquiatras, en general, señalan sus efectos tóxicos de carácter esquizoide o psicótico. Otros dicen que ninguna de estas sustancias es adictiva, como la heroína o el opio, ni se ha demostrado que tuvieran efectos perjudiciales en personas que no estuvieran previamente trastornadas. Paradójicamente, fue Aldous Huxley —que tanto ironizó su soma del *Mundo feliz*— quien más contribuyó a difundirlos con el éxito de *Las puertas de la percepción,* producto de su propia experimentación con la mescalina. Como el nombre del libro lo indica —basado en una cita de Blake: "Si las puertas de la percepción quedaran depuradas, todo se habría de mostrar al hombre tal cual es: infinito"—, Huxley recomendaba la mescalina y el LsD, siempre bajo vigilancia médica, para ampliar nuestra visión del mundo y tener una experiencia de trascendencia. Él mismo así la vivió:

> De pronto fue evidente que todo era parte del juego del amor, en el que la palabra amor adquiere el pleno significado: una gama que abarca desde el rojo del goce erótico, a través del verde del cariño humano, hasta el violeta de la claridad divina; desde la libido freudiana hasta "el amor que mueve el sol y las estrellas", de Dante. Todos los colores emergían de una sola luz blanca y, además, esa única fuente luminosa no era sólo amor, como generalmente lo entendemos; era también inteligencia, no sólo Eros y Ágape sino también Logos. Pude ver que la compleja organización tanto de las plantas del jardín como la de mi propio sistema nervioso, cual sinfonía de diversas ramificaciones, se unían en una sola pauta de inteligencia y amor, a pesar de todas sus estúpidas y crueles distorsiones externas en la vida cotidiana.

Subraya el carácter místico de la experiencia:

> Me limito a decir que la experiencia con la mescalina es lo que los teólogos católicos llaman una "gracia gratuita", no necesaria para la salvación, pero que puede ayudar a ella y debe ser aceptada con agradecimiento, si es que llegamos a recibirla.

Lo que sucede con este tipo de alucinógenos, parece, puede resumirse en la forma siguiente:

1o. Las impresiones visuales se intensifican y el ojo recobra la inocencia perceptiva de la infancia. "Me sentí como Adán al despertar en el nacimiento del mundo", dice Huxley.

2o. Se pierde la voluntad de acción. Es suficiente con "ver". El interés por el espacio disminuye y la preocupación por el tiempo se reduce a cero.

3o. Procura a los colores un poder insospechado y se perciben matices a los que, en tiempo ordinario, se es absolutamente ciego. De ahí que gracias al LsD se pueda tener una experiencia directa y sensible de lo que tradicionalmente se ha dado en llamar cielo e infierno.

Este último punto es de la mayor importancia para comprender enfermedades como la esquizofrenia. El esquizofrénico es como un hombre que estuviera siempre bajo la influencia del LsD, en un mundo tan indescriptiblemente maravilloso que termina por volverse aterrador al no conseguir regresar de él. Así, la esquizofrenia debe tener sus paraísos fugaces, tanto como sus purgatorios y sus infiernos persistentes. Recuerdo a un hombre que conocí hace años en el sanatorio Lavista del Seguro Social, quien me contó de su enfermedad con un razonamiento demoledor. Le daban pena su mujer y sus hijos, por supuesto, a quienes había dejado en la miseria, pero resultaba que cuando le venía la "visión" no podía sino abandonarse a ella: tan suya, tan resplandeciente, tan maravillosa. Una "visión" a la que no hubiera renunciado por nada del mundo. El alto precio que pagaba era su cada vez más fugaz e insoportable regreso a la realidad. Por eso los místicos han tenido tanto cuidado con las experiencias de éxtasis, y Santa Teresa decía que el verdadero santo era aquél que descendía del séptimo cielo para llevar un vaso de agua a su hermano sediento.

Huxley cuenta el caso de una mujer loca a la que visitaron en el sanatorio su esposo y sus hijos cuando aún conservaba breves intervalos de lucidez. Los escuchó un rato, pero de pronto los interrumpió

furiosa. ¿Cómo podía su marido perder el tiempo hablando de un par de chiquillos latosos cuando lo que le importaba, aquí y ahora, era la indescriptible belleza de los dibujos y destellos que formaba la luz del atardecer en la chamarra de mezclilla de él, cada vez que movía los brazos? Por desgracia, no le duró demasiado tiempo esa visión del paraíso. Las bienaventuradas treguas se hicieron cada vez más breves hasta que finalmente desaparecieron y sólo quedó el horror.

El escritor inglés Alan Watts también probó el LSD y asegura que la experiencia fue maravillosa y trascendente —regresó mejor adaptado a la vida y dispuesto a trabajar con más ahínco por sus semejantes, dijo—, pero al leerle verás que guarda curiosos lazos invisibles con la mencionada pérdida del "yo" de los esquizofrénicos:

> Había dejado de ser un observador aislado, un pequeño ente dentro de mi propia cabeza que tenía equis sensaciones. Yo era las sensaciones, hasta tal punto que no quedaba nada de mí, del pequeño ego observador, salvo una serie de sensaciones que se manifestaban —no a mí, sino que simplemente ocurrían— una tras otra y momento a momento.

Adivino lo que piensas, Maty: ¿será la esquizofrenia una forma de trascendencia espiritual frustrada, con claros atisbos del "otro" mundo? Quizá no andas tan lejos de la verdad porque, además, en fechas recientes se ha descubierto la estrecha relación entre los alucinógenos y la adrenalina, pero también que nuestros propios organismos producen una

sustancia química —derivada de esa misma adrenalina— que, aun suministrada en dosis mínima, causa profundos cambios en la conciencia. Algunos de esos cambios son análogos a los que se manifiestan en la esquizofrenia. La gran pregunta que aún no resuelve la ciencia es: ¿hasta dónde la esquizofrenia tiene por causa específica un desorden químico? Y, mejor aún: ¿no será que ese desorden químico se debe, a su vez, a angustias psicológicas que afectan muy en especial a las glándulas suprarrenales? Me temo que, en esencia, se trata de una antigua confusión semántica en las definiciones de alma y cuerpo. Como decía Blake:

> Todas las Biblias o códigos sagrados han sido causa de los errores siguientes:
>
> lo. Que el hombre posee dos principios reales de existencia: un cuerpo y un alma.
>
> 2o. Que la Energía, llamada Mal, pertenece sólo al cuerpo; y que la Razón, llamada Bien, pertenece sólo al alma.
>
> 3o. Que Dios atormentará al hombre durante la Eternidad por haber seguido sus Energías.
>
> Pero los siguientes contrarios son verdaderos:
>
> lo. El hombre no tiene un cuerpo distinto de su alma. Aquello que llamamos cuerpo es una porción del alma percibida por los cinco sentidos, las principales compuertas del alma en esta existencia.
>
> 2o. La Energía es la única vida, y procede del cuerpo; y la Razón es el límite o circunferencia de la Energía.
>
> 3o. La Energía es el Eterno Deleite.

En los días de Blake (finales del mil setecientos), la idea de un cuerpo y un alma indivisos debe haber sonado descabellada y abiertamente herética. Por menos que eso la Inquisición quemaba vivos a poetas y filósofos. Recuerda que imperaba la suposición de un alma autónoma, unitaria y separable, prisionera de un pobre cuerpo corruptible. Como reacción inevitable, a partir del siglo pasado la ciencia ha tendido al polo opuesto y prefiere una concepción materialista y mecánica de la vida. El reto es encontrar el punto de unión, como quería Blake. Porque incluso cuando describimos un cierto suceso en términos químicos, esto no significa que en verdad sea puramente químico. Las descripciones químicas de una experiencia espiritual tienen tanta utilidad y tantas limitaciones como, por ejemplo, la descripción química de una pintura como *La Gioconda,* de Leonardo da Vinel. También podríamos elaborar una descripción minuciosa de los procesos químicos que tienen lugar en el artista en el momento preciso en que pinta el cuadro. ¿Y? Por desgracia, nada de esto nos resolvería —ni revelaría— el misterio espiritual de la pintura que realiza. Me temo que los psiquiatras y neurólogos se van a quebrar la cabeza antes de resolver el enigma de por qué extraño proceso físico y mental el simple contenido de un tintero ha venido a convertirse en *Hamlet* o *El rey Lear.*

El desciframiento de los enigmas —y todo lo humano es un enigma— tendrá que ser un trabajo conjunto entre químicos, psiquiatras, psicólogos y neurólogos. Uno de los principales especialistas en el tema de la esquizofrenia, el doctor Ronald D. Laing —creador de una corriente que lleva el suge-

rente nombre de "antipsiquiatría"—, propone que la esquizofrenia es, al margen de sus posibles causas bioquímicas, producto del fracaso de concebirse y construirse uno a sí mismo como unidad, en un mundo caótico como es el nuestro. El "yo dividido" conlleva siempre sentimientos de ansiedad, de pérdida, de reclamo, de culpa y, sobre todo, de derrota familiar y social. El esquizofrénico quisiera comportarse como el mundo le exige, pero su coraza protectora —como la que requerimos todos— es demasiado frágil y cualquier embate brusco del exterior la resquebraja. Entonces el vacío cubierto por esa coraza se hace tan grande e insoportable que pierde contacto con la realidad y termina refugiándose en un mundo fantasioso —quizá maravillosamente fantasioso— y sin asidero.

En este sentido, la neurología reconoce hoy que lo emocional es determinante no sólo en relación con las neurosis y la esquizofrenia. Parece comprobado que las personas con más y mejores lazos familiares padecen menos catarros. Un estudio del *Journal of Behavioral Medicine*, de 1997, muestra que quienes decían no haber mantenido una buena relación emocional con sus madres en los primeros años de vida tenían mayor riesgo de desarrollar ciertas enfermedades en la edad media. De hecho, el 91 por ciento de ellos padeció infartos, úlceras, alergias, hipertensión o alcoholismo. Por el contrario, sólo el 30 por ciento de los participantes que se sintieron queridos por sus madres había padecido alguna de estas enfermedades. Se sabe que los niños son capaces de reconocer las emociones de quienes los rodean desde los primeros meses de vida. Antes de los 18 meses pueden in-

cluso tomar ciertas actitudes —positivas o negativas— ante el alimento que se les ofrece en función de lo que "leen" en el rostro de un adulto próximo. Otros estudios con ratas muestran que el amor de la madre hacia su hijo tras el nacimiento puede depender de la producción de determinada sustancia química del cerebro —la norepinefrina— durante el parto. La falta o escasez de este neurotransmisor puede hacer que una madre sienta mayor o menor atracción hacia su hijo. ¿Cabe como disculpa? Imagínate a una madre explicándole a un destrampado adolescente: "perdóname, hijo, pero cuando naciste traía muy baja la norepinefrina".

La verdad es que la popularidad de los alucinógenos ha decaído en forma notoria, muy especialmente entre los jóvenes, quienes hoy parecen preferir drogas más fuertes. Recientemente leí que M. Sargant, un médico inglés —de la escuela jungiana— los utiliza aún para producir "visiones arquetípicas" en sus pacientes. Gracias al LSD, alguno de ellos se ha ido hasta el antiguo Egipto, donde supuestamente habitó en una vida anterior. Pero el doctor Sargant aclara que después de algunas experiencias negativas, sólo lo hace en casos muy especiales, cuidadosamente elegidos. Cuenta de una paciente a la que provocó un peligroso brote esquizofrénico. A los veintinueve años había caído en una aguda depresión y fue sometida a un tratamiento de quince días con LSD. Al principio mejoró, pero durante los últimos días se convirtió en una auténtica niña de seis años. De día sentía su casa como si fuera su antiguo colegio, y veía a sus hijos como a los compañeros de juegos de aquellos tiempos. Por la

noche, la casa era la casa de su niñez y lloraba desconsolada si no atendían sus caprichos en forma inmediata. La regresión era manifiesta. El médico dice que se preocupó seriamente cuando la mujer fue a consulta y le pidió pasar al baño "a cambiarse el pañal". Uno solo de estos casos bastaría para poner en duda los supuestos beneficios de los alucinógenos,en la psicoterapia. Quizá de veras no dañan a la gente normal y sana, pero precisamente porque es normal y sana es poco probable que recurra a ellos. Como beneficiarios quedarían tan sólo los que, siguiendo a Huxley y a Watts, intentaran con ellos una experiencia mística que les abriera "las puertas de la percepción". Pero serán contados, te aseguro.

Parece que la mariguana también daña seriamente las células cerebrales. En Estados Unidos —en donde, como verás, siempre hay alguien dispuesto a hacer una encuesta sobre cualquier cosa— se permitió a un grupo de reclusos texanos fumar toda la mariguana que quisieran durante tres meses. Al principio se manifestaron los efectos normales, pero al cabo de unas semanas la euforia dejó paso al cansancio; los sujetos se hicieron perezosos, aumentaron de peso, su ritmo cardiaco y su temperatura decayeron, empezaron a tener graves conflictos entre ellos. Dos meses después era manifiesta la incoherencia mental, lo mismo que la torpeza manual. Sus inhibiciones descendieron y se hicieron más sugestionables. Pero lo más grave fueron las alteraciones en el electroencefalograma, en algunos de ellos irreversibles. Precisamente los que dieron mayores muestras de pánico al retirarles la droga.

Nuestro afán por escapar de nosotros mismos y del mundo, aunque sólo sea por unos breves momentos —por unos "buenos ratos"—, es y ha sido desde siempre uno de los principales apetitos del alma, y también es y ha sido el alcohol el medio más común para lograrlo. Pero, hay que decirlo, a pesar de su popularidad, el alcohol es sumamente peligroso. En su exhaustivo, y ya clásico libro sobre las drogas, Peter Laude dice:

> Juzgado con imparcialidad, el alcohol es probablemente más dañino que la heroína porque su uso prolongado causa daños físicos y nerviosos que la heroína no produce. Si el alcohol, en vez de ser un don benéfico otorgado a la humanidad por los dioses de la antigüedad, fuera inventado hoy por un químico, no hay duda de que inmediatamente su uso sería controlado con todo rigor por la ley.

Pero los problemas planteados por el alcohol no pueden ser resueltos, sobra decirlo, por la prohibición. Chesterton decía que prohibir el alcohol es como prohibir a la gente reír, tan arraigado está en nuestra cultura y, quizás, en nuestro inconsciente colectivo. Es inseparable de lo religioso y de lo festivo. Además, junto con sus peligros tiene comprobados beneficios para la salud, tomado con moderación. Esto sin embargo no evita que sea Preferible la abstinencia —especialmente entre los Jóvenes— al gusto por empinar el codo de vez en cuando. Si revisas las estadísticas te vas de espaldas. Un altísimo porcentaje de los accidentes automovilísticos, de los dramas familiares, de los

crímenes pasionales, se debe al alcohol. El horror que provoca tomado en exceso es tan cierto como lo era el infierno en los tiempos de Dante. Recuerdo un joven de veinte años que entrevisté en un centro antialcohólico para mi libro *Delirium Tremens*, con varios internamientos hospitalarios encima y absolutamente destruido mental y físicamente, que me preguntaba —él a mí— qué había sucedido "si él nada más bebía al parejo de sus amigos". Y puedes hacer esa pregunta en relación con todas las drogas que hemos mencionado. ¿Qué tipo de personalidad es propensa a crear un toxicómano? ¿Por qué en una fiesta cualquiera un joven insiste en tomar una copa más y su amigo de al lado no? ¿Por qué otro joven, al que se ha suministrado heroína, desarrolla ansia de droga, mientras que el que se halla en la cama de al lado no lo hace? La clave del problema parece radicar en el poder de esas drogas para aliviar las preocupaciones y evitar el dolor. En la mayoría de las historias clínicas de toxicómanos se insiste en el mal concepto que éstos tienen de sí mismos y en sus incapacidades para resolver los problemas de la vida diaria. Tan peligroso es para un joven acercarse a las drogas como intentar huir del dolor. La magnificación del dolor y de la angustia cotidiana es un fantasma que persigue a quienes más necesidad tienen de huir del mundo. Habría que descubrirles este agudo pensamiento de Amado Ñervo:

> Hay dos clases de sucesos infaustos: los evitables y los inevitables. No debemos tener miedo de los primeros, puesto que podemos vencerlos y, en cuanto a los segundos, al efectuarse traerán consi-

> go su propio anestésico. Antes de herirnos, su aguijón nos parece muy agudo. Cuando nos hiere, como nos inyecta al propio tiempo su narcótico, lo encontramos soportable. Por eso no conviene preocuparnos de los inevitables dolores futuros: su previsión es más penosa que su realidad, porque la naturaleza no está aún preparada para recibirlos.

Cabría también mencionarles, Maty, la analogía del doctor Frankl: el sufrimiento en los humanos actúa de modo similar a como lo hace el gas en el vacío de una cámara. Ésta se llenará por completo y por igual cualquiera que sea su capacidad. Análogamente, el sufrimiento ocupa toda el alma y toda la conciencia del hombre tanto si el sufrimiento es mucho como si es poco. Por consiguiente, el "tamaño" del sufrimiento humano es relativo. Puedes aplicar también esta fórmula al placer, y resulta que un gusto nimio —algo sencillo y a la mano— puede proporcionarte la mayor alegría posible, sin necesidad de grandes acontecimientos o lujos costosos. El problema, claro, es la avidez y, en general, la sobreexcitación con que tomamos lo que la vida nos ofrece —que bien visto es más de lo que sospechamos—, lo cual nos lleva a los sistemas naturales de relajación física y mental y, también, a una nueva carta.

Carta XII

Psicología y meditación

Querida Maty:

Decíamos que los conductistas le dieron al clavo al incluir en sus terapias alguna forma de relajación corporal por medios naturales. Buena parte de los adelantos de la psicología moderna van en este sentido. De nada te sirve esclarecer un trauma infantil si estás con los nervios tan tensos como las cuerdas de una guitarra. Mejor dicho, puedes tenerlos así de tensos mientras reconoces el trauma infantil y sus consecuencias, pero enseguida lo importante es que recuperes la paz, aprendas a relajarte y a conocer tu cuerpo, de preferencia sin necesidad de medicamentos, como habrás comprobado con la carta anterior. En esto, hay que admitirlo, los orientales nos llevan un buen tramo del camino ganado. Por eso Fromm decía que lo que el psicoanálisis necesita hoy no es más teorías —está saturado de teorías—, sino métodos corporales y naturales de control de las emociones. Incluso, Fromm escribió con Suzuky un libro admirable en este sentido: *Psicoanálisis y budismo zen.*

Lo cierto es que en la actualidad no hay revista médica que alguna que otra vez no traiga noticias al respecto, algo que debe resultar de sume i interés para un psicólogo curioso. Por ejemplo, hace algu-

nos años, el doctor Joe Kamiya, del Instituto Langley Porter de Neuropsiquiatría de San Francisco, inició un programa de estudios para averiguar si un grupo de personas comunes y corrientes: enfermeras, estudiantes, amas de casa y profesionistas, lograba controlar a voluntad —esto era lo importante: a voluntad— el llamado estado alfa: las ondas cerebrales que muestran los electroencefalogramas en la profunda relajación que precede al sueño, o antes de salir de él. A base de despertarlos infinidad de veces en el momento preciso —como cuando Pavlov tintineaba la campanita a sus perros—, aprendieron a continuar en el estado alfa ya despiertos. Ninguna de estas personas había "sentido" algo parecido antes y ni siquiera sabía qué nombre ponerle. La definieron como una sensación de profunda serenidad y reconciliación con todo lo que los rodeaba, vacío de imágenes y parecido a lo que debe ser el paraíso infantil: el asombro ilimitado ante cada detalle de la vida cotidiana, ante la frágil sensación de un parpadeo o el velo tenue de la luz del sol sobre la hoja de un árbol. Algunos sujetos de un estudio posterior llegaron incluso a controlar la frecuencia de su ritmo alfa para permanecer en él durante varias horas.

Una de esas amas de casa —nunca falta—, que ya controlaba su estado alfa a voluntad, se siguió de filo y empezó a practicar la meditación del budismo zen. El doctor Kamiya, ni tardo ni perezoso, se puso a estudiarla —como verás, los psicólogos andan buscando pacientes raros por todas partes, como Pavlov a sus perros— y al final consiguió ponerla a meditar durante cinco días seguidos *sin permitirle dormir un solo instante.* Para el asombro

de todos —le hicieron entrevistas hasta en la televisión— la buena señora no mostraba alteraciones cerebrales, ni deformaciones visuales o torpezas motrices, típicas de la falta de sueño. Más bien parecía estar restablecida. (Sé lo que estás pensando: habría que averiguar cómo le fue después con su esposo y sus hijos, a los que debió dejar abandonados.)

Esto nos confirma lo que decíamos al principio: no existe en la topografía humana paisaje menos explorado que el de la mente, en la que casi todo está por averiguarse: lo que coloca al psicólogo en una situación, a la vez, de privilegio y de dificultad. Por lo pronto, hay que atenderlo todo y no desechar nada.

La Meditación Trascendental ha demostrado excelentes resultados terapéuticos y es muy sencilla de practicar: te sientas confortablemente en una silla —o en una banca o en una cama o en un tapete— quince minutos por la mañana y otros quince por la tarde, y repites mentalmente una palabra —"mantra"— que te proporciona tu instructor. No hay necesidad de creencias previas ni de atuendos sofisticados. La palabrita secreta —nadie más debe conocerla— te crea una especie de reflejo condicionado para acompasar tu respiración y relajarte; con el tiempo, apenas la empiezas a pronunciar, sientes cómo se te afloja el cuerpo, como si le cortaras los hilos a un títere. Es en verdad asombroso. De ahí su uso frecuente en pacientes con hipertensión arterial. La condición, parece, es que se medite regularmente; la presión vuelve a elevarse apenas cuatro semanas después de dejar de meditar. También, periodos regulares de medi-

tación ayudan a la gente a afrontar la ansiedad —típica en las grandes ciudades— mejor que cualquier fármaco e incluso que algunas formas ortodoxas y laberínticas del psicoanálisis, que te enredan más. En este sentido, se cuenta que en una ocasión Buda encontró a un hombre con una flecha clavada en un hombro. La gente que rodeaba al herido preguntaba qué podía haber sucedido: quién se la disparó, por qué, cuándo. Buda se dispuso a sacarle la flecha y dijo: "Cuando esté sano, él mismo se encargará de decirnos qué sucedió". Lo mismo con los problemas de la mente: primero hay que sacar la flecha, ya después veremos. Lo mejor para que cicatrice una herida es olvidarte de ella y mantenerla al aire libre, a plena luz.

El doctor Robert Keith Wallace, experto en estos asuntos, cuenta el caso de una jovencita de dieciséis años —ojo con la edad— que padecía una extraña enfermedad nerviosa que le impedía estarse quieta. Un verdadero espanto, a pesar de que, por otra parte, parecía bastante normal en sus reflexiones y sentimientos. Apenas si dormía unas cuantas horas, y aun esas horas eran dentro de un estado de profunda inquietud y sin dejar de moverse para un lado y para otro, soltando patadas a diestra y siniestra (¿cómo la ves para una de tus piyamadas, en que comparten una cama tres amigas?). Ya en el día, era un verdadero trompo chillador. Cambiaba constantemente de postura si estaba sentada, tamborileaba en las mesas, se frotaba las manos, los ojos, se metía los dedos en la nariz y en las orejas, día a día le aparecían nuevos gestos, nuevas muecas, nuevos tics, sólo lograba estudiar yendo de un lado al otro de la pieza, en

realidad dejó de asistir a la escuela e incluso a los cines y a los teatros y sólo veía amigas o parientes que la entendieran y la ayudaran. Sus padres la llevaron con los mejores médicos, la retacaron de medicamentos, le aplicaron las más probadas terapias que el caso requería, la internaron un tiempo en una clínica, pero apenas si lograron alguna mejoría. Entonces al doctor Wallace, como último recurso, se le ocurrió lo de la Meditación Trascendental —que él ni siquiera practicaba— y convenció a sus padres de que "nada está perdido si reconocemos que todo está perdido y hay que volver a empezar", según se dice. Le dieron su "mantra" y le dijeron que lo repitiera mentalmente quince minutos en la mañana y quince en la tarde, sentada en su silla predilecta. La pobre debe de haber estado harta de los tratamientos a que la habían sometido porque, cuenta el doctor Wallace, se puso a practicar la meditación machaconamente a cambio de que le quitaran un medicamento que le provocaba mareos (calcula: sin poder estar quieta y además mareada). Durante las primeras meditaciones parecía que iba a emprender el vuelo con todo y silla, por la forma en que aleteaba los brazos. Lo que sucedió después es aparentemente sencillo de explicar: regresó a sí misma, o como dirían los brujos: el alma le volvió al cuerpo. Los quince minutos de meditación le provocaron ondas mentales nuevas y pacificadoras, que se extendieron como las de una piedra lanzada oblicuamente al agua. Poco a poco, a base de no cejar, de acompasar su respiración (sobre todo eso), de atornillarse a la silla, la meditación le devolvió la calma: verdadero exorcismo que le extrajo al inquieto demonio que llevaba adentro.

La primera virtud de la meditación es que nos obliga, aunque sea en forma sutil y progresiva, a regresar al momento presente, al aquí y ahora de nuestras vidas (y que, piénsalo, es lo único que en realidad tenemos). Esto, de entrada, aplaca nuestras enloquecidas cabecitas, siempre vibrantes dentro de un mundo que les ofrece tantos y tan variados estímulos para viajar en el tiempo. Suspiramos lo mismo por lo que quisiéramos ser —las secciones de sociales— que por el terror a lo que escapamos, gracias a Dios —la nota roja de los periódicos. De aquí para allá, del pasado melancólico al futuro promisorio. Los anuncios publicitarios y los aparadores de las tiendas nos mantienen en una constante tensión por alcanzar lo imposible, la música nos lleva de la mano a los momentos inolvidables de nuestras vidas, los noticieros televisivos nos arrastran a las tragedias de regiones lejanas, el cine de Hollywood encarna nuestros sueños más románticos, entre pucheros y lágrimas disimuladas al abandonar la sala. En apariencia, vivimos muy intensamente, ¿pero es esto cierto?

Volver al momento presente —en silencio, sin necesidad de estímulos exteriores y a solas con nosotros mismos— puede volverse una experiencia insólita y por eso mismo insoportable para algunos. Pero hay que insistir en ella: te aseguro que es nuestra única posibilidad de salvación, incluso al margen de lo religioso. Porque, además, el presente es la única entrada al mundo espiritual, que no se encuentra nunca en el pasado ni en el futuro. El pasado es sólo memoria y el futuro es imaginación. El presente en cambio se abre, como una puerta que suponíamos clausurada, a lo que está

más allá de nuestros miedos, de nuestro limitado "yo" y sus amarras terrestres y cotidianas. Confirmando la apreciación de Freud sobre la intuición de los poetas, Octavio Paz lo dijo mejor que nadie:

Cierra ios ojos y a obscuras piérdete
bajo el follaje rojo de tus párpados.
Húndete en esas espirales
del sonido que zumba y cae
y suena allá, remoto,
hacia el sitio del tímpano,
como una catarata ensordecida.

En esa sombra líquida del sueño
moja tu desnudez;
abandona tu forma, espuma
que no se sabe quién dejó en la orilla;
piérdete en ti, infinita,
en tu infinito ser,
mar que se pierde en otro mar;
olvídate y olvídame.

Haz una sencilla prueba —hay que vivir la poesía— y lo comprobarás: cierra los ojos un momento y trata de olvidarte de ti misma y no pensar en nada. Sólo un momento, por favor. Al principio te invadirá una avalancha inaudita de imágenes y pensamientos sueltos e inconexos: pájaros del deseo que, si no los detienes, cruzarán raudos frente a ti. Déjalos irse, no te identifiques con ninguno: después te reportas con tus amigas, haces la tarea, te metes a la Internet, das de comer a tu perro, enciendes la televisión, bajas a la cocina por una galleta, recoges el baño. Después, todo eso después.

Olvídalo todo un instante: olvídate y olvídame, como dice el poema de Paz. ¿Qué queda entonces? ¿Qué hay en ese silencio y en ese vacío? Sólo la pantalla interior en la que se proyectaban las imágenes. Esa pantalla nos es común a todos. ¿Puedes verla? Dicen los meditadores que si la rasgas, atrás de ella aparecen los espacios astrales: el macrocosmos visto a través del microcosmos de nuestra pequeña mente.

Pero no todo es miel sobre hojuelas en la meditación, qué va. Como buena psicóloga que (supongo) vas a ser, tienes que llevar las hipótesis hasta sus últimas consecuencias, sin temores ni prejuicios. Por más que los instructores de la Meditación Trascendental te digan que con ella te vuelves más inteligente y más productiva, esto no es así necesariamente. Incluso, puede ser al contrario. Muchas personas que meditan en forma sistemática desarrollan una incapacidad cada vez mayor para tomar decisiones rápidas. En casos extremos, pueden volverse personas fáciles de convencer, débiles e indecisas. El tipo de pensamiento que desarrollan es: "Bueno, si todo está bien en el Universo, hágase la voluntad del Señor y a ver qué viene, total". Esto sucede por tres razones fundamentales. Una, porque de alguna manera al meditar nos alejamos del mundo y sus turbulencias. Dos, porque al bajarle la presión, el proceso del pensamiento se hace menos perspicaz y malicioso, por más que la conciencia se expanda (todo tiene un precio en la vida). Tres, porque se pierde la necesidad imperiosa de comodidades y placeres, al ya no apegarnos a lo agradable ni resistirse a lo desagradable.

Por otra parte, tendrás que tener cuidado porque la meditación puede volverse una vía de escape en

lugar de reencuentro. La meditación así practicada, hay que tomarlo en cuenta, tiene mucho en común con las drogas. Estos meditadores por lo general son fanáticos religiosos, puritanos, vegetarianos irredentos, obsesivos compulsivos de la salud, y terminan mirándote por encima del hombro desde su rosada nube. Cuidado con ellos. Lucrecio decía que demasiada religión tiende a convertirnos en demonios.

Si en cuanto a relajación y renuncia nos llevan un buen trecho ganado los hindús, me parece que la más alta concepción de lo vital —y sus acciones consecuentes— corresponde al cristianismo. Fíjate cómo una y otra vez envuelve Jesús sus enseñanzas en figuras poéticas concretas: la higuera, la cosecha, los rebaños en el campo y las aves en el cielo, la comida, el vino, la ropa, el banquete de bodas. He aquí un simbolismo que sugiere plenitud, crecimiento y placer. Por ello, el amor al que nos llama es la consumación de la vida, con todo lo que pueda tener de bueno y de malo, de ningún modo la negación de los instintos (del Ello). Como si el Reino de Dios fuera la meta natural e instintiva de la especie y Jesús hubiera venido no a exigir un peregrinaje de sacrificios por "otro" mundo, sino a señalar el camino para cumplir nuestros deseos más hondos en éste, aquí y ahora. A revelarnos no sólo a Dios, sino al hombre mismo.

Pero dale otra vuelta a la tuerca y pregúntate qué hay más allá de la meditación hindú, del misticismo cristiano y de otras prácticas por el mismo rumbo, si es que hay algo. Cuando hago la pregunta a los psiquiatras por lo general me contestan con un gesto de desprecio que consiste en subir los

hombros hasta casi tocarse con ellos las orejas. O sea: me vale. Pero como espero que tu capacidad de asombro no tenga límites, estudies lo que estudies, hazte la pregunta y trata de averiguar la respuesta.

Según los testimonios de meditadores, religiosos y literatos, el factor común a esas prácticas es la luz. Pero puede haber tanto luz mala como luz buena. En *El paraíso perdido,* Milton habla de la iluminación del infierno, que describe como "la oscuridad visible". Descripción psicológica inigualable sobre ese tipo de luz siniestra que en ocasiones ven los visionarios y también los esquizofrénicos. En el *Diario de un esquizofrénico,* de la doctora Sechehaye, su paciente describe con precisión la terrible luz en que vive: la que, como un halo, despide el acero al fundirse. O esta otra: la de un sol incendiado. También, cierto tipo de migrañas produce una luz atroz en quienes las padecen. Tengo un amigo que me dio esta descripción de su migraña: es como si mirase directamente al foco de un tren que se acerca a gran velocidad, y que sin embargo nunca termina de llegar, a pesar de que permanezco crucificado ante él. Como de tortura china, ¿no?

Por el contrario, la luz beatífica conlleva el éxtasis, precedido casi siempre por un sentimiento de gratitud ante el privilegio de estar vivo, aquí y ahora (siempre aquí y ahora). De nuevo, la literatura ofrece las explicaciones de que carece la ciencia. William Blake decía: "El agradecimiento es ya el cielo". Lo que significa que siempre que estás agradecida por algo, sea lo que sea, rozas con las puntas de los dedos el cielo o —si el agradecimiento es total— te instalas plenamente en él. En cambio la

neurosis es una forma de rebeldía —y de falta de agradecimiento, en consecuencia— ante el hecho mismo de existir. El grito por excelencia del neurótico es: "¡Estoy harto!". Por eso el trabajo de los psicólogos es tan complicado: obligarlo a dar un giro de noventa grados a su vida y cambiarle el punto de vista.

Por lo general, encontrarás que los casos más célebres de experiencia luminosa, tienen alguna referencia literaria, desde la conversión de San Pablo en el Camino de Damasco ("Señor, qué quieres de mí", gritó ante un cielo de pronto incandescente), pasando por la tremenda explosión de luz que despertó a Mahoma, desmayándolo a causa de su intensidad, hasta los experimentos de Aldous Huxley con el LSD, en los que el más pequeño detalle de un objeto, de cualquier objeto, parecía flamear.

El propio Huxley menciona una carta que le enviaron a raíz de la publicación de *Las puertas de la percepción:* una mujer de unos sesenta años contaba haber tenido en su juventud una experiencia luminosa que marcó su vida. Te lo menciono, además, por la edad precisa en que la tuvo:

> Tenía yo unos quince años, me encontraba en la cocina tostando pan para el té y, súbitamente, en una oscura tarde de noviembre, todo el lugar se inundó de luz. Durante un minuto estuve sumergida en ella y tuve el sentimiento de que, de una manera inexpresable, el Universo en que yo habitaba era algo maravilloso. Esto me ha afectado para el resto de mi vida: conservo una pasión viva por la luz desde entonces —aprecio cada detalle donde el sol resplandece— y no tengo miedo alguno de

> la muerte. La experiencia ha sido una especie de convicción de que esa luz estará ahí al final.

Agrégale que con toda seguridad la mujer era inglesa, igual que Huxley, y que la experiencia la tuvo una tarde oscura de noviembre en alguna ciudad de por allá, algo digno de tomarse en cuenta. No es lo mismo que te invada una extraña luz en Cancún que en Londres. Todo es problema de contrastes y por alguna extraña razón las iluminaciones se dan en ámbitos cerrados —cuevas, conventos, buhardillas— y no en las playas o en los fosforescentes *malls*. Por lo visto Dios requiere de "la noche oscura del alma" para manifestarse.

Luz que puede paralizarte como le sucedió a Santo Tomás de Aquino, quien se negó a escribir más. Comparado con la iluminación que tuvo, cuanto había leído y escrito —las Sentencias, las Proposiciones, las voluminosas Summas— no era sino necedad.

El poeta griego Giórgios Seféris, en un libro simbólicamente titulado *Todo está lleno de dioses,* dice:

> Una vez, al final del otoño, me pareció que con fulgurante claridad pasó junto a mí el dios o esa memoria profunda de él. Y me dije: "en el fondo soy una cuestión de luz". Fue una experiencia que seguramente muy pocas veces se produce en nuestra vida y que nos ilumina por entero; es imposible transmitirla con palabras. Eso basta.

La experiencia del poeta irlandés George Russell no puede llamarse iluminación sino una simple revalorización del mundo que lo rodeaba a través de

un simple puño de arena. Con la ventaja de que nos demuestra que ese tipo de experiencias también pueden darse en las playas, aunque de preferencia no las intentes en Semana Santa en Acapulco:

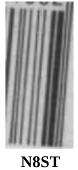
> Estaba con un amigo en una playa, escuchándolo a medias sobre un tema que me aburría. De pronto fijé mi atención en el puño de arena que había yo tomado. Su belleza me deslumhró. Descubrí que cada partícula se atenía a un perfecto patrón geométrico, con ángulos agudos donde se reflejaba un brillante haz de luz, como un arco iris. Mi conciencia se abrió y comprendí, de manera muy viva, que todo el universo estaba hecho de partículas que —por insulsas que nos pudieran parecer a simple vista— estaban llenas de esa intensa luz celestial. Durante un par de segundos, el mundo se manifestó como una gloriosa llamarada.

Óscar Sicilia —padre del poeta Javier, y él mismo estupendo poeta— tuvo la experiencia de regresar al mundo después de permanecer unos minutos clínicamente muerto. La paz que a partir de entonces lo invadió signó su vida. En una ocasión me habló de lo doloroso que le resultaba no lograr comunicar "ese despertar" con palabras. (Conan Doyle lo decía así: *our business is to tvake up,* nuestro asunto es despertar). Pero la verdad es que no fueron necesarias las palabras para que Óscar nos hiciera sentir la plenitud en que vivía: lo mismo daba que fuera al conversar, al compartir una comida o al jugar dominó. Estoy convencido de que toda forma de miedo o angustia se había volatilizado de su vida, lo cual nos habla de su maravillosa sa-

lud mental, por más que el corazón terminara por fallarle y lo regresara a ese sitio luminoso del que escapó unos años más para darnos testimonio.

¿Puede un psicólogo obviar esto, sea de la escue¬la que sea? Muy especialmente si parece ampliamente probado, gracias a la ya mencionada doctora Elisabeth Kübler-Ross, creadora de la tanatología: la ciencia que atiende a los moribundos en estado terminal. Si se ponen en duda tales comprobaciones, después de los millares de testimonios concordantes reco¬gidos, lo que habría que declarar inexistente a los ojos de la ciencia es el testimonio humano en ge¬neral. Porque aunque sólo se aceptara una parte —la más inmediata, la que no requiere un acto de fe—, aunque sólo se aceptara una parte mínima de lo que la tanatología adelanta como cierto, habría su¬ficiente material en ello para sospechar la inmensi¬dad del territorio desconocido, sin mapa, cuya exploración no hemos hecho más que empezar. Supongamos que de ese mundo desconocido nos llegue a todos un fulgor visible, tal como sucedió a Osear Sicilia: qué transformación tendría que haber en una humanidad habituada, diga ella lo que diga, a no aceptar como existente sino lo que ve y lo que toca. Es lo que dice el filósofo Henri Bergson en un libro que se publicó a principios del siglo xx, cuando no había ninguna de las comprobaciones que ahora tenemos:

> Basta observar cómo los hombres se entregan al placer. No lo harían, o no lo harían hasta ese pun¬to, si no vieran en el placer un asidero contra la nada, un medio de burlar a la muerte. En verdad, si estuviéramos seguros, absolutamente seguros de



> sobrevivir, ya no podríamos pensar en otra cosa. Subsistirían los placeres, pero empañados y des¬coloridos, ya que su intensidad es proporcional a la atención que ponemos en ellos. Palidecerían como la luz de nuestras lámparas ante el sol de la mañana. El placer sería eclipsado por la alegría.

Otro tanto sucede con las personas que "ven" los moribundos. En esto necesito referirme a una ex¬periencia personal, que debes conocer. La noche antes de morir, mi padre pidió a mi mamá que le planchara el traje aquel —azul marino— que le ha¬bía regalado uno de sus hermanos, ya muerto.

—¿Para qué? —preguntó mi mamá, asombrada.

—Porque mañana voy a cenar con mis herma¬nos —contestó él.

Y en efecto, al día siguiente murió.

Pero desde que estuvo en terapia intensiva en el Centro Médico, después de un segundo infarto, mi padre hablaba con sus hermanos ya muertos. Su vecino de cama me lo dijo:

—Anoche estuvo su papá largo rato hablando con una de sus hermanas que se llama María Luisa. Así le decía: María Luisa esto o aquello. Yo pensé que María Luisa estaba parada frente a él por la forma en que le hablaba. Hasta que luego me di cuenta de que estaba solo y hablaba consigo mismo.

¿Hablaba consigo mismo?

Mi padre me lo dijo abiertamente la última ma¬ñana que estuvo en terapia intensiva:

—Mis hermanos han venido, uno por uno, y me han dicho cómo debo prepararme a morir, y que ellos me van a ayudar y que luego vamos a estar juntos.

Para ese entonces yo ya había publicado un libro titulado *Delirium tremens,* en que contaba el delirio que padeció mi padre cuando bebía:

> La noche del ataque decía que a los pies de su cama estaba sentada su hermana María Luisa, muerta hacía más de quince años. Parecía hablar con ella. Nunca, olvidaré el brillo entre ausente y angustiado de sus ojos. Luego entró en A.A. y dejó de beber.

O sea, la misma hermana que se le "apareció" en el *delirium tremens fue* la que, años después, se acercó a su cama de enfermo para hablar con él y prepararlo a morir.

La relación me saltó a la vista cuando, hace muy poco tiempo, leí precisamente en un libro de Elisabeth Kübler-Ross lo siguiente:

> Hoy es posible afirmar que nadie muere solo, ya que se repite como una constante en la mayoría de los casos que el moribundo vea llegar a sus seres queridos.

La doctora Kübler-Ross va un paso más lejos en su apreciación:

> Si tan sólo tuviéramos ojos para ver, descubriríamos que no estamos nunca solos, sino rodeados de seres invisibles. Hay ocasiones, generalmente en momentos de una gran conmoción mental, en que nuestra percepción aumenta hasta el punto de poder reconocer su presencia. También, podríamos hablarles por la noche antes de dormir-

> nos y pedirles que se muestren a nosotros, y hacerles preguntas conminándolos a darnos la respuesta en los sueños.

Como verás, ya dimos un rodeo por la India de Maharishi —fundador de la Meditación Trascendental— pasando por la Inglaterra de Huxley, el Centro Médico donde estuvo tu abuelo, tan sólo para regresar a la torre medieval de Jung, quien ahí mismo escribió: "Frecuentemente tengo la sensación de que los muertos nos rondan y esperan conocer las preguntas que les haremos", algo tan extrañamente parecido a lo que citamos de Elisabeth Kübler-Ross que podríamos suponer que se trata de textos complementarios. En especial porque la doctora Kübler-Ross... ¡también es suiza! Por lo visto, las aportaciones de los suizos al planeta no se reducen a los quesos de bola y los relojes cucú, sino que también están demostrando la inmortalidad del alma.

De seguir por este rumbo —circular— nos podríamos ganar el regaño de Freud a Jung cuando se enteró de que estaba estudiando las civilizaciones antiguas: "Me parece muy bien, pero ojalá regrese usted pronto de regiones tan lejanas; hay que gobernar en casa". Es cierto, tendrás que regresar a gobernar en casa —y de preferencia atenerte a un sistema psicológico y, quizás, ¡ay!, elegir una especialidad—, pero mientras tanto me encantó acompañarte en este breve recorrido.

Yo, por mí, te llevaría aún más lejos. Te treparía en mis hombros como cuando eras niña y trataría de que nos eleváramos en el aire, como parte de un aprendizaje esencial para tu vocación. ¿Imagi-

ñas lo que sería? Muy especialmente porque sin ti no me atrevería a hacerlo. Quizá nos bastaría con cerrar los ojos —como en la meditación— para[ver alborotarse las melenas de los árboles cercanos al pasar sobre de ellos, soltarse un torbellino de hojas secas que planearían en el aire y se abatirían en el suelo como alas muertas. El problema es el primer impulso, después hay que dejarse ir. El paisaje se nos abriría como una granada madura. De reojo contemplaríamos a los viejos con la mirada perdida en las bancas de los parques, los niños inaugurando el mundo con sus juegos, los grupos de personas arracimados en las terminales de los autobuses, los empleados saliendo cabizbajos de sus oficinas, las muchachas en las azoteas aleteando las sábanas blancas como para también emprender el vuelo, las oleadas de autos de juguete atrapados en los semáforos, los edificios que se convertirían en pequeños cubos de cemento y terminarían por perderse en el conjunto, las grandes ciudades manchadas de indiferencia. Quizá de veras toda la historia del Universo brilla en cualquier botón de bronce del uniforme de cualquiera de los policías que vemos allá abajo, y nos bastaría concentrarnos en ese botón (el tercero contando desde el cuello) para descifrarla. Pero ya no podemos regresar.

Arriba, los astros girarían levemente. La Vía Láctea cortada por oscuras grietas, el suave tejido de araña de la nebulosa de Orion, el brillo límpido de Venus, el resplandor contrastante de las estrellas azules y las estrellas rojas. Una nota musical, tensa y continua, se iría cargando poco a poco de sentido, aceptaría una segunda nota, cedería su apuntación hacia la melodía para ingresar, perdiéndose,

en un acorde cada vez más rico, que parecería guiarnos en nuestro recorrido. El cielo sería un cristal transparente, detrás del cual habría otro cristal, y luego otro más. Los planetas flotarían ahí como sobre un mar tranquilo. Conforme avanzáramos, la luna se redondearía. Luego perdería volumen y terminaría por convertirse en la cabeza de un alfiler; resplandecería un instante como una chispa y finalmente se agregaría al gran resplandor en que nos introduciríamos, y que quizá sólo sea un espectro de luz que inició su viaje hace millones de años. ¿Hasta dónde habría que llegar? Yo en una ocasión imaginé un viaje así para visitar a mi padre, y hoy comprendo que el viaje fue real, y que en efecto estuve con él. Tal vez continúa más cerca de mí de lo que supongo. Jung tenía razón: la imaginación realiza las cosas. Pero por eso mismo también Freud tenía razón en que debemos gobernar en casa (¿ves como son complementarios?). Tu madre se va a preocupar cuando se entere por dónde andábamos. Así que mejor abrimos los ojos y para terminar te dejo un poema medieval, anónimo, que debería tener en su consultorio todo psicólogo que se precie de serlo:

Vengo, mas no sé de dónde.
Soy, mas no sé quién.
Moriré, mas no sé cuándo.
Camino, mas no sé hacia dónde.
Me sorprende que esté contento y ría.

Bibliografía (casi) mínima

Toda biblioteca es un laberinto, nos diría Borges. Pero no sólo la biblioteca completa, sino cada apartado de ella, cada anaquel y hasta cada uno de los libros. Es de lo más fácil perdernos en ellos. Fue por la "locura de los libros" que Alonso Quijano salió a los campos de la Mancha a alancear molinos de viento y que el *Nazarín,* de Pérez Galdós, se creyó contemporáneo de Cristo. La tragedia de Madame Bovary no hubiera ocurrido si el personaje de Flaubert no intentara parecerse a las heroínas de las novelistas románticas que leía con avidez. Cuenta Cortázar que cuando era adolescente le diagnosticaron una grave anemia y que el médico anotó en la receta, junto con las vitaminas y las inyecciones: "quedan estrictamente prohibidos los libros", con lo cual, claro, le crearon una mayor obsesión por ellos (y la anemia casi se le vuelve perniciosa).

Cuidado con tomar lo que dicen los libros al pie de la letra, creer que la vida es como ellos la describen y la califican. Recuerda siempre aquello de San Pablo de que la letra mata y el espíritu vivifica. En psiquiatría se llama "pensamiento concreto" —así, como de cemento— al que supone más verdad en lo que se dice de las cosas que las cosas mismas. Ésta ha sido una de las graves limitaciones

de los cristianos: anteponer la Biblia a la realidad del mundo, lo que ha costado a la humanidad innumerables derramamientos de sangre y guerras santas. Por eso uno de los grandes místicos de la Edad Media, el Meister Eckhart, se quejaba de la profusión de sermones: "Qué tanto dicen de Dios, todo lo que digan de Dios es falso". Y, agregaba, "Dios es *no* pensamiento, *na* imagen, *no* palabra". Pero, bueno, como nosotros estamos apenas a la entrada de la espesa selva del conocimiento, necesitamos los libros, los necesitamos más que ninguna otra cosa, a pesar de los riesgos que implican. Por eso son tan convenientes los atajos. Como dice León Felipe: "Para enterrar a los muertos cualquiera sirve, cualquiera, menos un sepulturero". Analiza esta variante: "Para psicoanalizar a un neurótico cualquiera sirve, cualquiera, menos un psicoanalista". Algo es cierto: no hay disciplina que baste para el conocimiento de lo humano. De ahí que sean tan aconsejables la variedad y riqueza de temas. En esta bibliografía (dizque) mínima te he puesto los libros que me ayudaron a dar respuesta a tu pregunta inicial sobre por qué es divertido estudiar psicología. Me he atenido a los que puedes encontrar en español. Tómalos como meras señales en el camino en que vas a meterte y empieza cuanto antes a desbrozar la selva.

Empecemos con Freud, lo que me parece justo y necesario. Ningún caso tendría referirte a sus *Obras Completas,* que son una selva por sí misma. Mejor te señalo los libros que me parecen más accesibles y que guardan una relación directa con los temas tratados:

La interpretación de los sueños
Psicoanálisis del arte
El chiste y su relación con el inconsciente
Introducción al psicoanálisis
Ensayos sobre la vida sexual y la teoría de las neurosis
Psicopatología de la vida cotidiana
Autobiografía

Los casos que trató Freud —donde encontrarás el del pequeño Hans— fueron reunidos en un solo volumen. No dejes de leer también el de "El hombre de las ratas", que es en verdad antológico.

Pero como introducción al pensamiento freudiano, nada como *Los textos fundamentales del psicoanálisis. Selección e introducción de Anna Freud,* editados por Alianza Editorial. ¿Quién mejor que su propia hija, que pasaba en limpio sus manuscritos, podía haber hecho esa selección? Y, por supuesto, los tres tomos de la *Vida y obra de Sigmund Freud,* de Ernest Jones, con todo y la parcialidad y el tono ortodoxo.

Otras buenas biografías de Freud, me parece, son:
Freud, de Stefan Zweig
Freud, su vida y su obra, de Helen Walker

Hay un largo ensayo de Thomas Mann sobre Freud, en un libro en que también habla de Schopenhauer y de Nietzsche, y que es una verdadera zambullida en lo más profundo del pensamiento alemán del siglo pasado, lo que es decir del más influyente pensamiento contemporáneo.

Jean Paul Sartre tiene un libro titulado *Freud*—que en realidad es el guión que hizo para una película de John Huston— con una estupenda semblanza del joven Freud y una recreación admirable del famoso caso de Ana O.

Para conocer a Freud en carne propia hay que acercarse a los dos tomos de su *Epistolario (1873-1939),* que editó su hijo Ernest en 1960. Las cartas de Freud a su novia y luego esposa, Martha Bernays, revelan al poeta que siempre fue. En este terreno epistolar, hay un tomo especial de la *Correspondencia de Freud y Lou Andreas Salomé.*

Paidós publicó una *Vida de Freud en imágenes y textos,* espléndida. No recuerdo cuál de sus discípulos decía que para conocer la teoría freudiana había que observar detenidamente las (innumerables) fotografías que se le hicieron al padre del psicoanálisis, lo que en buena medida es cierto.

Respecto de las historias de la psicología —algunas de las cuales necesitarían una terapia para desenmarañarlas—, te recomiendo en especial una ce Fernand-Lucien Mueller, que editó el Fondo de Cultura Económica, y que arranca —casi nada— con los antecedentes a esta disciplina en la Grecia clásica y luego está llena de ricas referencias literarias.

También son recomendables:
Introducción a la psicología, de George A. Miller
Fundamentos de psicología, de Robert A. Barón

Psicología ,de Diane E. Papalia y Sally Wendekoz Oíd ⁸ ¿
Identidad del psicólogo, de Catalina Harrsch
Historia de la psicología, de M. Reuchlin.

Para conocer el movimiento psicoanalítico:
De Freud a Fromm, de Ricardo G. Mandolini

Para enterarte de sus pleitos y envidias:
Freud y sus discípulos, de Paul Roazen

El Fondo de Cultura Económica editó un tomo de *Psicoanálisis del arte* con una muy buena selección de artículos sobre ese punto.

El inconsciente antes de Freud, de Lancelot Law Whyte, te muestra, por contraste, el valor revolucionario de los descubrimientos freudianos.

En el importante capítulo de la psicología de adolescentes, hay un libro clásico y esencial: *Eladios a la infancia,* de Louise Kaplan. Pero también échale un vistazo a *La adolescente,* de María Luz del Socorro y a *La amistad* y *Enamoramiento y amor,* de Francesco Alberoni, que tiene valiosas aportaciones aunque el autor no sea psicólogo, sino sociólogo.

Respecto de Jung —que a diferencia de Freud tenía la limitación de un estilo literario más bien pastoso— me reduzco a estos títulos:
Recuerdos, sueños y pensamientos.
La interpretación de la naturaleza y la psique (donde viene el ensayo sobre la sincronicidad)

Jean Paul Sartre tiene un libro titulado *Freud*—que en realidad es el guión que hizo para una pelícu¬la de John Huston— con una estupenda sem¬blanza del joven Freud y una recreación admira¬ble del famoso caso de Ana O.

Para conocer a Freud en carne propia hay que acer¬carse a los dos tomos de su *Epistolario (1873¬1939),* que editó su hijo Ernest en 1960. Las car¬tas de Freud a su novia y luego esposa, Martha Bernays, revelan al poeta que siempre fue. En este terreno epistolar, hay un tomo especial de la *Correspondencia de Freud y Lou Andreas Salomé.*

Paidós publicó una *Vida de Freud en imágenes y textos,* espléndida. No recuerdo cuál de sus dis¬cípulos decía que para conocer la teoría freudiana había que observar detenidamente las (innume¬rables) fotografías que se le hicieron al padre del psicoanálisis, lo que en buena medida es cierto.

Respecto de las historias de la psicología —algunas de las cuales necesitarían una terapia para des¬enmarañarlas—, te recomiendo en especial una ce Fernand-Lucien Mueller, que editó el Fondo de Cultura Económica, y que arranca —casi nada— con los antecedentes a esta disciplina en la Gre¬cia clásica y luego está llena de ricas referencias literarias.

También son recomendables:
Introducción a la psicología, de George A. Miller
Fundamentos de psicología, de Robert A. Barón

Psicología ,de Diane E. Papalia y Sally Wendekoz Oíd ¿
Identidad del psicólogo, de Catalina Harrsch
Historia de la psicología, de M. Reuchlin.

Para conocer el movimiento psicoanalítico:
De Freud a Fromm, de Ricardo G. Mandolini

Para enterarte de sus pleitos y envidias:
Freud y sus discípulos, de Paul Roazen

El Fondo de Cultura Económica editó un tomo de *Psicoanálisis del arte* con una muy buena selec¬ción de artículos sobre ese punto.

El inconsciente antes de Freud, de Lancelot Law Whyte, te muestra, por contraste, el valor revolu¬cionario de los descubrimientos freudianos.

En el importante capítulo de la psicología de ado¬lescentes, hay un libro clásico y esencial: *El adiós a la infancia,* de Louise Kaplan. Pero también échale un vistazo a *la adolescente,* de María Luz del Socorro yaífl *amistad* y *Enamoramiento y amor,* de Francesco Alberoni, que tiene valiosas aportaciones aunque el autor no sea psicólogo, sino sociólogo.

Respecto de Jung —que a diferencia de Freud te¬nía la limitación de un estilo literario más bien pastoso— me reduzco a estos títulos:
Recuerdos, sueños y pensamientos.
La interpretación de la naturaleza y la psi¬que (donde viene el ensayo sobre la sincro-nicidad)

Simbologta del espíritu
Psicología y religión
Tipos psicológicos
Lo inconsciente
Arquetipos del incosciente
Respuesta a Job
Los complejos y el inconsciente

También es indispensable leer su prólogo al *IChing,* donde narra cómo utilizó el libro de las mutaciones para ayudarse en el tramiento de algunos pacientes.

De las biografías sobre Jung sobresale la de Colin Wilson: *Jung, señor del mundo subterráneo,* pero también hay que ver:

Jung, de A. Storr.
Lo que verdaderamente dijo Jung, de E. A. Bennet.
Jung y la historia de nuestro tiempo, de Laurens Van Der Post.
Jung, de Gerhard Wehr (que incluye valiosas entrevistas con familiares de Jung).

Entre nosotros, el psicólogo Manuel Aceves tiene interesantes trabajos sobre el fundamento y aplicación de la teoría jungiana, como *El mexicano: alquimia y mito de una raza.*

Alan Watts escribió un revelador *Tributo a Jung,* que cuenta cuándo y cómo lo conoció y la forma en que marcó su pensamiento y forma de vida.

De Linda Donn hay que revisar *Freud y Jung, los años de amistad, los años perdidos.*

Y, por supuesto, es imprescindible el voluminoso tomo de la correspondancia de Freud y Jung, donde encontrarás no sólo el choque de dos grandes hombres y de dos formas de pensar diametralmente opuestas, sino, yo agregaría, que el choque espiritual de dos mundos: el occidental y el oriental.

Aportaciones valiosas al psicoanálisis, a la psiquiatría y a la psicología en general, me parece, las encontrarás en estos títulos:

Wilhelm Stekel: *El lenguaje de los sueños*
Alfred Adler: *La ciencia del vivir*
Karen Horney: *El autoanálisis*
Igor Caruso: *La separación de los amantes*
Wilhelm Reich: *La función del orgasmo*
Viktor Frankl: *El hombre en busca de sentido.*
R.D. Laing: *El yo dividido*
Simón Brainsky: *Psicoanálisis y creatividad, más allá del instinto de muerte*
Abraham Maslow: *La personalidad creadora*

De Erich Fromm:

El miedo a la libertad
El arte de amar
Psicoanálisis y religión
El corazón del hombre
Anatomía de la destructividad humana

Y esa pequeña joya que es *Budismo zen y psicoanálisis,* que escribió en colaboración con D.T. Suzuki.

Lugar especial merecen los trabajos del neurólogo Oliver Sacks, y lo mejor es empezar con su ya clásico y muy ameno: *El hombre que confundió a su mujer con un sombrero.*

bliografía no te he mencionado a uno de los psicoanalistas más influyentes de la actualidad, Jacques Lacan, porque me resulta especialmente pesado y sugiero reservarlo para más adelante. Sus *Escritos* tienen la enorme ventaja de estar traducidos al español por el poeta Tomás Segovia.

Del psicoanálisis existencial, tenemos la obra, filosófica y literaria, de su creador, Jean Paul Sartre, con la ventaja de que en ocasiones sus novelas y obras de teatro —en especial *La náusea* y *A puerta cerrada*— nos la ilustran mejor que sus farragosos ensayos filosóficos. Sin embargo, lee en *El ser y la nada* el capítulo titulado *Hacer y tener*. También, hay un libro muy recomendable como apoyo: *La filosofía de Sartre y elpsicoanálisis existencialista* de Alfred Stern, traducido por Julio Cortázar.

De William James, más que adentrarte en sus densos tratados de psicología propiamente dicha, te recomiendo los mencionados: *Las variedades de la experiencia religiosa* y *La voluntad de creer*, además de la correspondencia con su hermano Hcnry. También, hay un libro que funciona como apoyo: *Un paseo con William fames* de Jacques Barzun. Por su parte, Bertrand Russell y Giovanni Papini escribieron estupendos comentarios sobre la psicología de James.

En cuanto a la parapsicología, pisamos terreno pantanoso (como era inevitable), y resulta mejor reducirse a los autores más solventes: *Lo oculto*, de

Colin Wilson, *Ayer era milagro*, de Werner Keller y *Las raíces del azar*, de Arthur Koestler.

La hipnosis ha vuelto a ponerse de moda en algunos trabajos terapéuticos —después de que Freud la mandó al clóset por el libidinoso abrazo que le pegó una de sus pacientes, como recordarás— y aquí en México la doctora Teresa Robles, especialista en la hipnosis, ha conseguido muy buenos resultados, descritos en *Concierto para cuaro cerebros*. Un complemento ideal para conocer el descubrimiento de la hipnosis, está en el estudio que Stefan Zweig escribió sobre Mesmer.

De la tanatología, no hay duda, lo mejor son los trabajos de su creadora, la doctora Elisabeth Kübler-Ross, y sobre todo: *La muerte: un amanecer*, que no debería de faltar en el lecho de ningún moribundo.

Sobre la psicología del mexicano, está el de Santiago Ramírez y el de Samuel Ramos, pero sin lugar a dudas en *El laberinto de la soledad*, de Octavio Paz, el tema adquiere una dimensión insospechada.

Del conductismo, primero algo de Skinner:

Walden dos

Más allá de la libertad y la dignidad

Si te quieres adentrar poco más:

La rata en el diván, de H.J. Eysenk

Y para conocer las aplicaciones del conductismo:

Viva sin temores, de Jean Baer

Hay un libro de Noam Chomsky que apunta directamente a la *cabeza* de Skinner, y se llama, en efecto: *Proceso contra Skinner*. Demoledor.

mente en un libro de Peter Laurie, aunque también consulté *Uso y sustancias psicoactivas,* de Hugo A. Míguez y el muy divertido: *Los paraísos perdidos,* de Guillermo Díaz-Plaja. Casi está por demás decirte cuánto me ayudó *Las puertas de la percepción,* de Huxley, y también, en este aspecto, su *Literatura y ciencia.*

Rebasa las pretensiones de esta bibliografía —que dijimos mínima— señalarte a los autores clásicos en donde encontrarás el germen de eso que hoy llamamos psicología (tan sólo piensa en los griegos, en los estoicos, en Shakespeare, en el Siglo de Oro español...) Por eso, mejor apunta estos títulos —a partir de autores del siglo xix— por si alguna vez, casualmente, te cruzas con ellos:

Fedor Dostoyevski
Crimen y castigo
Memorias del subsuelo (Nietzsche decía que el único escritor que le había enseñado algo de psicología era Dostoyevski, por algo será.)

León Tolstoi
Ana Karenina
La muerte de Ivan Llich

Antón Chejov: *La sala número seis*

Henry Beyle Stendhal: *El rojo y el negro.* (Stendhal se jactaba de ser más psicólogo que novelista.)

Gustave Flaubert
Madame Bovary
La educación sentimental

Soren Kierkegaard: *El concepto de la angustia*

Honorato de Balzac: *La piel de zapa* (cuando en una ocasión preguntaron a William James qué libro de psicología recomendaba para los jóvenes, contestó: *La piel de zapa)*

Adalbert von Chamisso: *El hombre que perdió su sombra*

R. L. Stevenson: *El extraño caso del doctor Jekyll y míster Hyde*

G. K. Chesterton: *El secreto del Padre Brown*

Anatole France: *La isla de los pingüinos*

Leopoldo Alas "Clarín": *La regenta*

Miguel de Unamuno: *Niebla*

Benito Pérez Galdós: *Miau*

Giovanni Papini: *Gog*

George Bernard Shaw: *Pygmalion*

Osear Wilde: *El Retrato de Donan Gray*

Franz Kafka: *Carta al padre*

Eugene O'Neill: *El largo viaje hacia la noche*

Thomas Mann:

Muerte en Venecia

Sangre de Welsas (Freud decía de esta última que era la mejor novela contemporánea sobre el tema del incesto.)

Vladimir Nabokov: *Lolita*

William Faulkner: *Santuario* (Faulkner decía que antes de escribir siempre releía algo de Joyce y algo de Freud.)

Y por supuesto las multicitadas:

Aldous Huxley: *El mundo feliz*

George Orwell: *1984*

Cartas a una joven psicóloga se terminó de imprimir en septiembre de 2004, en Grupo Balo, S A de C.V. Salvador DíazMirón'799, Col. Santa María la Ribera, CP. 06400, México, D.F.